

สมาธิสัมโพชฌงค์

พระธรรมเทศนา แสดงโดย พระภัททันตโสภณมหาเถระ

สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถร ป.ธ.๙)

ตรวจชำระ

แม่ชีกุลลัตเถรี (เกษิณี บัณฑิตฉิมตระกูล)

แปล/เรียบเรียง

สมาธิสัมโพชฌงค์

พระธรรมเทศนา

แสดงโดย พระภัททันตโสภณมหาเถระ อัครมหาบัณฑิต

สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถร ป.ธ.๗)
ตรวจชำระ

แม่ชีกุสลัตเถรี (เกษิณี บัณฑิตฉิมตระกูล)
แปล/เรียบเรียง

โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๑๑-๑๗ ถนนมหาราช ท่าพระจันทร์ แขวงพระบรมมหาราชวัง
เขตพระนคร กรุงเทพมหานคร ๑๐๒๐๐
โทร. ๐-๒๒๒๑-๘๘๙๒, ๐-๒๖๒๓-๕๖๒๓ โทรสาร ๐-๒๖๒๓-๕๖๒๓
www.mcuprint.com, e-mail : info@mcuprint.com

มุทิตาพจน์

ในวโรกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษาของสมเด็จบรมบพิตร พระราชสมภารเจ้า พระองค์ผู้ทรงพระคุณอันประเสริฐ สมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช องค์เอกอัครศาสนูปถัมภก ในวันพฤหัสบดีที่ ๕ ธันวาคม พุทธศักราช ๒๕๕๖ นี้ มีพระมหาเถรานุเถระในเขตปกครองคณะสงฆ์หนกลาง ได้รับพระราชทาน สถาปนา เลื่อน และตั้งสมณศักดิ์ เป็นพระราชาคณะชั้นต่างๆ

ข้าพเจ้าจึงได้จัดพิมพ์หนังสือ **สมาธิสัมโพชฌงค์** ซึ่งเป็นพระธรรมเทศนาของ ภัททันตโสภณมหาเถระ อัครมหาบัณฑิต แปลและเรียบเรียงโดย แม่ชีกุสลัตถเถรี (เกษณี ฉิมตระกูล) และข้าพเจ้าเป็นผู้ตรวจแก้ชำระให้เป็นสำนวนสมัยนิยม เพื่อถวายมุทิตาแก่พระเถรานุเถระในเขตปกครองคณะสงฆ์หนกลางทุกรูปที่ได้รับพระมหากรุณาธิคุณพระราชทานสมณศักดิ์ในโอกาสมหามงคลในครั้งนี้

ขออำนาจคุณพระศรีรัตนตรัย และอานิสงส์ของการพิมพ์หนังสือสมาธิสัมโพชฌงค์ เป็นธรรมทานนี้ ขอให้ท่านทั้งหลายที่ได้รับพระมหากรุณาธิคุณดังกล่าว จงเจริญด้วยจตุรพิธพรชัย ๔ ประการ คือ อายุ วรรณะ สุขะ พละ และงอกงามไพบูลย์ในร่มธรรมของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตลอดกาล เป็นนิตย์ เทอญ.

สมเด็จพระพุทธชินวงศ์

กรรมการมหาเถรสมาคม, เจ้าคณะใหญ่หนกลาง

เจ้าอาวาสวัดพิชยญาติการาม วรวิหาร

รองอธิการบดีมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

พระมหาเถรานุเถระ
ในเขตปกครองคณะสงฆ์หนกลาง
ได้รับพระราชทาน สถาปนา เลื่อน และตั้งสมณศักดิ์
เป็นพระราชาคณะ

๑. พระธรรมภาวนาวิกรม (ธงชัย ธมฺมธโช ป.ธ.๖, พธ.ด.-กิตติ์, คด.(กิตติ์) วัดไตรมิตรวิทยาราม เขตสัมพันธวงศ์ กรุงเทพมหานคร ที่ปรึกษาเจ้าคณะภาค ๘ (ฝ่ายสาธารณสงเคราะห์) ผู้ช่วยเจ้าอาวาสพระอารามหลวง ผู้ช่วยแม่กองธรรมสนามหลวงฝ่ายต่างประเทศ ได้รับพระราชทานสถาปนาสมณศักดิ์ เป็นพระราชาคณะเจ้าคณะรองชั้นหิรัณยบัฏ ที่ **พระพรหมมังคลาจารย์**

๒. พระราชรัตนมุนี (ชัยวัฒน์ ปญฺญาสิริ ป.ธ.๙, พธ.ด.-กิตติ์) วัดพระปฐมเจดีย์ อำเภอเมืองนครปฐม จังหวัดนครปฐม เจ้าคณะจังหวัดนครปฐม และรองเจ้าอาวาสวัดพระปฐมเจดีย์ ได้รับพระราชทานเลื่อนสมณศักดิ์ เป็นพระราชาคณะชั้นเทพ ที่ **พระเทพมหาเจติยาจารย์**

๓. พระราชสุตาลังการ (สมควร ปิยสีโล ป.ธ.๙, พธ.ด.-กิตติ์) วัดนิมมานรดี เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร เจ้าคณะภาค ๑๔ และเจ้าอาวาสวัดนิมมานรดี ได้รับพระราชทานเลื่อนสมณศักดิ์ เป็นพระราชาคณะชั้นเทพ ที่ **พระเทพสุธี**

๔. พระราชรัตนรังษี (วีรยุทธ์ วีรยุทฺโธ B.A., M.A., Ph.D., พธ.ด.-กิตติ์) วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฏิ์ เขตพระนคร กรุงเทพมหานคร หัวหน้าพระธรรมทูตไทยสายอินเดีย-เนปาล และเจ้าอาวาสวัดไทยพุทธคยา อินเดีย ได้รับพระราชทานเลื่อนสมณศักดิ์ เป็นพระราชาคณะชั้นเทพ ที่ **พระเทพโพธิวิเทศ**

๕. พระภาวนาวิริยคุณ (เผด็จ ทตฺตชีโว น.ธ.เอก, M.A.) วัดพระธรรมกาย อำเภอคลองหลวง จังหวัดปทุมธานี รองเจ้าอาวาสวัดพระธรรมกาย ได้รับพระราชทานเลื่อนสมณศักดิ์ เป็นพระราชาคณะชั้นราชที่ **พระราชภาวนาจารย์ วิ.**

๖. พระวิสุทธิภัทรธาดา (ประสิทธิ์ พฺรหฺมรํสี ป.ธ.๕, พ.ม., พธ.บ.,M.A.,Ph.D.) วัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร เขตธนบุรี กรุงเทพมหานคร รองอธิการบดีฝ่ายบริหาร มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร และเลขานุการเจ้าคณะภาค ๒ ได้รับพระราชทานเลื่อนสมณศักดิ์ เป็นพระราชาคณะชั้นราชที่ **พระราชวรเมธี**

๗. พระพิศิษฏ์พัฒนพิธาน (ดาวเรือง อาจารคุโณ น.ธ.เอก) วัดหนองหอย อำเภอเมืองราชบุรี จังหวัดราชบุรี เจ้าคณะอำเภอเมืองราชบุรี และเจ้าอาวาสวัดหนองหอย ได้รับพระราชทานเลื่อนสมณศักดิ์ เป็นพระราชาคณะชั้นราช ที่ **พระราชวัลภาจารย์ วิ.**

๘. พระปัญญารัตนาภรณ์ (สมชาย ปญฺญาวชิโร ป.ธ.๔, พธ.บ.) วัดศรีเอี่ยม เขตบางนา กรุงเทพมหานคร เจ้าอาวาสวัดศรีเอี่ยม ได้รับ

พระราชทานเลื่อนสมณศักดิ์ เป็นพระราชาคณะชั้นราช ที่ **พระราชรัตนเมธี**

๙. พระเมธีวราภรณ์ (สุทัศน์ วรทสฺสี ป.ธ.๙,พธ.บ.,ศษ.บ.,อ.ม.) วัดโมลีโลกยาราม เขตบางกอกใหญ่ กรุงเทพมหานคร รักษาการเจ้าคณะเขตบางกอกใหญ่ และเจ้าอาวาสวัดโมลีโลกยาราม ได้รับพระราชทานเลื่อนสมณศักดิ์ เป็นพระราชาคณะชั้นราช ที่ **พระราชปริยัติโมลี**

๑๐. พระศรีสุธรรมมุนี (บุญเทียม ญาณินฺโท ป.ธ.๘ ปว.ค., พธ.บ., พธ.ม.) วัดพิชยญาติการาม เขตคลองสาน กรุงเทพมหานคร ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดพิชยญาติการาม เลขานุการเจ้าคณะใหญ่หนกลาง ผู้อำนวยการสำนักงานวิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม ได้รับพระราชทานเลื่อนสมณศักดิ์ เป็นพระราชาคณะชั้นราช ที่ **พระราชรัตนมุนี**

๑๑. พระมหาทอง ฐานคุโณ ป.ธ.๙ วัดเขาสมโภชน์ อำเภอชัยบาดาล จังหวัดลพบุรี รองเจ้าคณะจังหวัดลพบุรี และเจ้าอาวาสวัดเขาสมโภชน์ ได้รับพระราชทานตั้งสมณศักดิ์ เป็นพระราชาคณะชั้นสามัญ ที่ **พระภาวนาสมณคุณ วิ.**

๑๒. พระมหาสนอง เตชวีโร ป.ธ.๙ วัดเชิงหวาย อำเภอเมืองอ่างทอง จังหวัดอ่างทอง เจ้าคณะอำเภอเมืองอ่างทอง และเจ้าอาวาสวัดเชิงหวาย ได้รับพระราชทานตั้งสมณศักดิ์ เป็นพระราชาคณะชั้นสามัญ ที่ **พระศรีวิสุทธิโสภณ**

๑๓. พระครูพิศาลจริยาภิวัฒน์ (อนันต์ ธมฺมโชโต น.ธ.เอก) วัดชัยมงคล พระอารามหลวง อำเภอบางละมุง จังหวัดชลบุรี เจ้าอาวาสวัดชัยมงคล ได้รับพระราชทานตั้งสมณศักดิ์ เป็นพระราชาคณะชั้นสามัญ ที่ **พระปัญญารัตนาภรณ์**

๑๔. พระมหามงคล โสตฺถิมงฺคโล ป.ธ.๙ วัดไตรมิตรวิทยาราม เขตสัมพันธวงศ์ กรุงเทพมหานคร ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดไตรมิตรวิทยาราม ได้รับพระราชทานตั้งสมณศักดิ์ เป็นพระราชาคณะชั้นสามัญ ที่ **พระศรีวีรมุนี**

๑๕. พระมหาจำลอง กตธมฺโม ป.ธ.๙ วัดยานนาวา เขตสาทร กรุงเทพมหานคร ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดยานนาวา ได้รับพระราชทานตั้งสมณศักดิ์ เป็นพระราชาคณะชั้นสามัญ ที่ **พระศรีวชิราลังการ**

๑๖. พระมหาศิริ สิริธโร ป.ธ.๙ วัดไชยชุมพลชนะสงคราม อำเภอเมืองกาญจนบุรี จังหวัดกาญจนบุรี ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดไชยชุมพลชนะสงคราม ได้รับพระราชทานตั้งสมณศักดิ์ เป็นพระราชาคณะชั้นสามัญ ที่ **พระเมธีปริยัติวิบูล**

๑๗. พระมหาอิทธิยาวุธ ธีรวโร ป.ธ.๙ วัดสามพระยา เขตพระนคร กรุงเทพมหานคร ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดสามพระยา ได้รับพระราชทานตั้งสมณศักดิ์ เป็นพระราชาคณะชั้นสามัญ ที่ **พระปริยัติโศภณ**

๑๘. พระครูปลัดสัมพิพัฒนปัญญาจารย์ (วิศิษฏ์ ทสฺสนีโย ป.ธ.๗) วัดปากน้ำ เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร ผู้ช่วยเจ้าอาวาส

วัดปากน้ำ ได้รับพระราชทานตั้งสมณศักดิ์ เป็นพระราชาคณะชั้นสามัญ ที่ **พระวิเชียรกวี**

๑๙. พระมหาไสว ธีรโสภโณ ป.ธ.๗ วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ เขตพระนคร กรุงเทพมหานคร ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ ได้รับพระราชทานตั้งสมณศักดิ์ เป็นพระราชาคณะชั้นสามัญ ที่ **พระภาวนาวิริยคุณ วิ.**

๒๐. พระครูปลัดสุวัฒนวชิรคุณ (ไสว โชติโก ป.ธ.๖,พธ.บ., พธ.ม.) วัดอรุณราชวราราม เขตบางกอกใหญ่ กรุงเทพมหานคร ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดอรุณราชวราราม และรองอธิการบดีฝ่ายกิจการต่างประเทศ ได้รับพระราชทานตั้งสมณศักดิ์ เป็นพระราชาคณะชั้นสามัญ ที่ **พระโสภณวชิราภรณ์**

๒๑. พระครูปลัดสัมพิพัฒนธุตาจารย์ (วิโรจน์ โชติญาโณ ป.ธ.๔) วัดสระเกศราชวรมหาวิหาร เขตป้อมปราบศัตรูพ่าย กรุงเทพมหานคร ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดสระเกศราชวรมหาวิหาร ได้รับพระราชทานตั้งสมณศักดิ์ เป็นพระราชาคณะชั้นสามัญ ที่ **พระพิทักษ์บรมบรรพต**

๒๒. พระครูวิมลจันโทภาส (อ่าง สิริจนฺโท น.ธ.เอก, ป.ธ.๓) วัดใหญ่สว่างอารมณ์ อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี เจ้าอาวาสวัดใหญ่สว่างอารมณ์ ได้รับพระราชทานตั้งสมณศักดิ์ เป็นพระราชาคณะชั้นสามัญ ที่ **พระนันทวิริยาภรณ์**

๒๓. พระครูสุนทรพัฒนโกศล (ประจวบ อาทโร) วัดศาลาแดง เขตบางแค กรุงเทพมหานคร เจ้าอาวาสวัดศาลาแดง ได้รับพระราชทานตั้งสมณศักดิ์ เป็นพระราชาคณะชั้นสามัญ ที่ **พระพิพัฒน์วิริยาภรณ์**

๒๔. พระครูไพศาลสาครกิจ (สมบัติ ฉนฺทชาโต) วัดเกตุมดีศรีวราราม อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรสาคร เจ้าอาวาสวัดเกตุมดีศรีวราราม ได้รับพระราชทานตั้งสมณศักดิ์ เป็นพระราชาคณะชั้นสามัญ ที่ **พระภาวนาวิสุทธิคุณ วิ.**

๒๕. พระครูปลัดวิมลสิทธิวัฒน์ (ไพศาล กิตฺติภทฺโท น.ธ.เอก, ประโยค ๑-๒, พธ.บ., พธ.ม.) วัดแก้วฟ้า อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี เจ้าอาวาสวัดแก้วฟ้า และเจ้าคณะตำบลวัดชลอ เขต ๑ ได้รับพระราชทานตั้งสมณศักดิ์ เป็นพระราชาคณะชั้นสามัญ ที่ **พระโสภณรัตนาภรณ์**

๒๖. พระมหาพิมล ญาณวิมโล ป.ธ.๙ วัดปากน้ำมิชิแกน รัฐมิชิแกน ประเทศสหรัฐอเมริกา ได้รับพระราชทานตั้งสมณศักดิ์ เป็นพระราชาคณะชั้นสามัญ ที่ **พระศรีญาณวิเทศ**

๒๗. พระมหาพยอม กิตฺติโสภโณ ป.ธ.๗ วัดธรรมาราม นครชิคาโก้ รัฐอิลลินนอยส์ ประเทศสหรัฐอเมริกา ประธานสงฆ์วัดธรรมาราม ได้รับพระราชทานตั้งสมณศักดิ์ เป็นพระราชาคณะชั้นสามัญ ที่ **พระวรญาณวิเทศ**

๒๘. พระครูศรีวิเทศธรรมคุณ (ศักดิ์ชัย ฐิตเมโธ ป.ธ.๖) วัดสุทธาวาส รัฐแคลิฟอร์เนีย ประเทศสหรัฐอเมริกา ประธานสงฆ์

วัดสุทธาวาส ได้รับพระราชทานตั้งสมณศักดิ์ เป็นพระราชาคณะชั้นสามัญ ที่ **พระวิเทศธรรมคุณ**

๒๙. พระครูวรกิตติโสภณ (เศรษฐกิจ สมาหิโต) วัดพุทธสามัคคี ประเทศนิวซีแลนด์ ประธานสงฆ์วัดพุทธสามัคคี ได้รับพระราชทานตั้งสมณศักดิ์ เป็นพระราชาคณะชั้นสามัญ ที่ **พระกิตติโสภณวิเทศ**

๓๐. พระครูปลัดสุวัฒนสมาธิคุณ (สิทธิผล สิทฺธิผโล) วัดปากน้ำนิวซีแลนด์ ประเทศนิวซีแลนด์ ประธานสงฆ์วัดปากน้ำนิวซีแลนด์ ได้รับพระราชทานตั้งสมณศักดิ์ เป็นพระราชาคณะชั้นสามัญ ที่ **พระวิเทศธรรมคุณ**

สมาธิสัมโพชฌงค์*

สนฺตํ วา อชฺฌตฺตํ สมาธิสมฺโพชฺฌงฺคํ อตฺถิ
เม อชฺฌตฺตํ สมาธิสมฺโพชฺฌงฺโคติ ปชานาติ.
อสนฺตํ วา อชฺฌตฺตํ สมาธิสมฺโพชฺฌงฺคํ นตฺถิ
เม อชฺฌตฺตํ สมาธิสมฺโพชฺฌงฺโคติ ปชานาติ.

ยถา จ อนุปฺปนฺนสฺส สมาธิสมฺโพชฺฌงฺคสฺส อุปฺปาโท โหติ ตญฺจ ปชานาติ ยถา จ อุปฺปนฺนสฺส สมาธิสมฺโพชฺ-ฌงฺคสฺส ภาวนาย ปาริปูรี โหติ ตญฺจ ปชานาตีติ.

การแสดงธรรมในวันนี้ ดำเนินมาถึงวาระของสมาธิสัมโพชฌงค์ เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจ ถึงโพชฌงค์นี้ พระพุทธองค์ จึงทรงแสดงธรรม ตามพระบาลีที่ยกขึ้นมากล่าว ณ เบื้องต้น พระธรรมที่พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ สมควรนำมาแสดงให้แก่ ผู้สนใจฟังต่อ เพื่อก่อให้เกิดความเคารพศรัทธา และเกิดปัญญา

พระบาลีที่นำมายกไว้ข้างต้นนั้น แปลเป็นไทยว่า **"สมาธิสัมโพชฌงค์ มีอยู่ภายในแก่เรา โยคีก็รู้ว่า สมาธิสัมโพชฌงค์มีอยู่ภายในแก่เรา"**

---

* พระธรรมเทศนา แสดงโดย อาจารย์ภัททันตโสภณมหาเถระ แสดง ณ วันอาทิตย์ที่ ๑๗ กันยายน ๒๕๐๔ ขึ้น ๘ ค่ำ เดือน ๑๐ ปีฉลู

หรือว่า เมื่อสมาธิสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่ภายในแก่เรา โยคีก็รู้ว่า สมาธิสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่ภายในแก่เรา

ความเกิดขึ้นของสมาธิสัมโพชฌงค์ ที่ยังไม่เกิดขึ้น ย่อมมีโดยประการใด โยคีย่อมรู้โดยประการนั้น และความบริบูรณ์ แห่งการเจริญสมาธิสัมโพชฌงค์ที่เกิดแล้ว ย่อมมีโดยวิธีใด โยคีย่อมรู้วิธีนั้น (ญาณหยั่งรู้อย่างลึงซึ้งต่ออารมณ์ที่เกิดขึ้น โดยมีสติเป็นตัวกำหนด ญาณตัวรู้ และมีสมาธิอยู่ด้วยในขณะ กำหนดนั้นๆ)

ก่อนมาปฏิบัติ สมาธิยังไม่เกิดขึ้น โยคีก็ไม่รู้จักว่าสมาธิ-สัมโพฌชงค์เป็นอย่างไร โยคี ย่อมรู้ด้วยตนเองว่า เราไม่มีสมาธิ-สัมโพชฌงค์ หรือสมาธิสัมโพชฌงค์ยังไม่เกิดขึ้น สำหรับบุคคลผู้ไม่มีสมาธิสัมโพชฌงค์เกิดขึ้นในตน เพียงแต่รู้จักตามตำรา ที่ได้เล่าเรียนมา มีความรู้ตามที่ได้ยินได้ฟังมาเท่านั้น ยังไม่ชื่อว่า มีสมาธิสัมโพชฌงค์เกิดขึ้นในตน

แต่พอมาเข้าปฏิบัติได้กำหนดอารมณ์ของกรรมฐาน แล้วจึงได้พบด้วยตนเอง และรู้ด้วย ตนเองว่า สมาธิสัมโพชฌงค์ ได้เกิดขึ้นแล้วในตน ขณะที่โยคีกำลังปฏิบัติอยู่ สมาธิสัมโพชฌงค์ จะค่อยๆ พัฒนาและค่อยๆก่อตัวไปตามลำดับ จนกระทั่งบรรลุถึง อุทยัพพยญาณแล้ว สมาธิสัมโพชฌงค์จึงเริ่มอุบัติขึ้น และเมื่อสมาธิ-สัมโพชฌงค์เกิดขึ้น โยคีผู้ปฏิบัติจะพบด้วยตนเองเท่านั้น จึงจะ สามารถรู้ได้อย่างแจ้งชัดตามนั้น

อสนฺตํ วา อชฺฌตฺตํ สมาธิสมฺโพชฺฌงฺคํ เมื่อสมาธิ-สัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่ภายใน

นตฺถิ เม อชฺฌตฺตํ สมาธิสมฺโพชฺฌงฺโคติ ปชานาติ. โยคีย่อมรู้ว่า สมาธิสัมโพชฌงค์ ไม่มีภายในแก่เรา

อธิบายว่า ถ้าสมาธิสัมโพชฌงค์ไม่มี โยคีก็รู้ด้วยตนเองว่า สมาธิสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่ภายในแก่เรา เพราะโยคีผู้ปฏิบัติ เมื่อปฏิบัติจนกระทั่งได้บรรลุถึงสมาธิสัมโพชฌงค์แล้ว สมาธิที่ยังไม่ รวมตัวกันนั้น ย่อมไม่หวนกลับมาอีก ถ้าปฏิบัติไม่ได้ถึงระดับนี้ ก็ไม่ใช่สมาธิสัมโพชฌงค์ เมื่อไม่ใช่สมาธิสัมโพชฌงค์ โยคีก็รู้ตัวว่า เรายังไม่มีสมาธิสัมโพชฌงค์ เมื่อเป็นเช่นนี้สติปัฏฐานภาวนา ก็ยังไม่มี หมายความว่า บุคคลผู้มิได้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา จะไม่มี สมาธิสัมโพชฌงค์เกิดขึ้น บุคคลนั้นย่อมรู้ตัวเองว่า เราไม่มีสมาธิ การภาวนาก็ไม่มี เป็นบุคคลผู้ว่างเปล่าจากสมาธิ เป็นที่รู้กัน ว่า ไม่มีสติปัฏฐานภาวนา ส่วนผู้ที่กำลังปฏิบัติอยู่และรู้ตัวว่า ยังไม่ บรรลุถึงสมาธิสัมโพชฌงค์ ก็ไม่อาจกล่าวได้อย่างเต็มที่ว่า สามารถ ปฏิบัติสติปัฏฐานได้อย่างต่อเนื่องหรือไม่

เมื่อโยคีปฏิบัติไปจนกระทั่งได้บรรลุวิปัสสนาญาณที่ ๔ คือ อุทยัพพยญาณ ญาณหยั่ง รู้ความเกิด-ดับของรูปนาม จึงจะเกิด สมาธิสัมโพชฌงค์ ขึ้นในขันธสันดานของตน เมื่อนั้นโยคีย่อมรู้ แจ้งชัดว่า สมาธิสัมโพชฌงค์เกิดขึ้นแล้วในตน สมาธิที่ไม่ใช่สมาธิ-สัมโพชฌงค์ย่อมไม่หวนกลับมาเกิดขึ้นอีก แต่มิใช่ว่าวิปัสสนาสมาธิ ระดับนี้

จะไม่มีวันสูญสลาย หรือไม่เสื่อมได้ สามารถสูญสลาย หรือ เสื่อมได้ ถ้าโยคีไม่พยายามรักษาไว้ด้วยการปฏิบัติให้ต่อเนื่องจน ได้บรรลุวิปัสสนาญาณระดับสูง คือ มรรคญาณ และผลญาณ ซึ่งเป็นอกุปปธรรม ธรรมที่ไม่กำเริบ ไม่หวั่นไหว ย่อมจะมีญาณ พิจารณา คือ ปัจจเวกขณญาณ ย่อมพิจารณาเองว่า **อกุปปา เม วิมุตติ วิมุตติ** ความหลุดพ้นจากกิเลส **เม** ของเรา **อกุปปา** ไม่กำเริบ ไม่หวั่นไหวอีก หมายความว่า ได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์ แล้ว เมื่อสำเร็จเป็นพระอรหันต์ กิเลสทั้งปวงก็ถูกปลดเปลื้องออก ไปจากใจ ตั้งแต่บัดนั้นเป็นต้นไป จะไม่มีวันกำเริบขึ้นมาอีกเลย นับตั้งแต่บัดนั้นเช่นกัน สมาธิก็ไม่สูญสลายอีก ส่วนสมาธิระดับ ที่กำลังแสดงอยู่นี้ ไม่ใช่สมาธิ ที่เป็นอกุปปธรรม

สำหรับพระอนาคามีบุคคล **สมาธิสฺมึ ปาริปูรี** เป็นผู้มี ความบริบูรณ์ในสมาธิ หมายความว่า เมื่อโยคีได้บรรลุอนาคามี มรรคอนาคามีผล ย่อมมีสมาธิเป็นอกุปปธรรม ไม่หวั่นไหว เช่นเดียวกับพระอรหันต์ ส่วนบุคคลอื่นนอกจากนี้ บางคราวสมาธิ ก็ดีขึ้น บางคราวสมาธิก็เสื่อม ลงไปได้

ฉะนั้น ในยามใด สมาธิเสื่อมไปโยคีก็รู้ตัวว่า สมาธิของเรา เสื่อมไป โยคีผู้ปฏิบัติจะมี การรู้ตัวอย่างนี้

ขออธิบายเพิ่มเติมที่มาของสมาธิ :-

ในพระพุทธศาสนานี้ พระพุทธองค์ทรงแสดงเรื่องไตรสิกขา แปลว่า สิกขา ๓ ข้อควร ศึกษา ๓ ประการ ได้แก่ ศีล สมาธิ ปัญญา ซึ่งมีความสำคัญมากในพระพุทธศาสนา ศาสนา หมายถึง โอวาท คำแนะนำสั่งสอน เมื่อกล่าวถึงโอวาทคำสอน เราจึงได้ใช้คำว่า **ศาสนา**

แต่จะกล่าวว่า "**โอวาท โดยการแนะนำสอนวิธีเกี่ยวกับ การปฏิบัติ**" ดูจะสมบูรณ์ (เหมาะสม)กว่า เพราะพระธรรมทั้งหมด เรียกว่า "**ศาสนา**" พระพุทธองค์ได้ประทานโอวาท คำแนะนำ สั่งสอนพุทธบริษัท พระธรรมทั้งหมดนั้น คือ ศาสนา เรียกว่า ปริยัติ ศาสนา เป็นสิ่งที่ เรียนรู้ได้ ผู้ที่ไม่เคยได้ยินได้ฟัง ก็มาฟังได้เรียนรู้ได้ ก็มาศึกษาเรียนรู้จากครูอาจารย์ ซึ่งในยุคนี้ มีความสะดวกและ ง่ายมาก เพราะมีหนังสือตำหรับตำราให้ศึกษาค้นคว้ามากมาย

เมื่อได้ศึกษาค้นคว้าจากหนังสือ และจากการฟังจากครู อาจารย์เทศน์หรือสอนก็สามารถรับรู้โอวาทคำสอนเกี่ยวกับธรรม ได้

ถ้าเป็นสมัยครั้งพุทธกาล ไม่มีตำราเรียนเหมือนอย่างทุกวัน นี้ พระพุทธเจ้าทรงแสดงธรรมเหมาะกับโอกาสกาลสมัยและ อุปนิสัยและอัธยาศัยของเวไนยบุคคล เมื่อทรงตรวจดูและพบว่า ธรรมข้อนี้เหมาะสมกับอัธยาศัยของบุคคลนี้ บริษัทกลุ่มนี้จึงทรง แสดงธรรม บุคคลหรือพุทธบริษัทฟังธรรมแล้วกำหนดตาม บางคน บางกลุ่มก็ได้บรรลุธรรมทันที หรือจดจำนำไปประพฤติปฏิบัติ ภายหลังก็ได้รับผลตามมา

ผู้คนในสมัยนั้น มีสมองปัญญาและ ความจำดีมาก ฟังธรรมเทศนาจากพระพุทธองค์เพียงครั้งเดียวก็ สามารถจำได้แม่นยำ นำไปแสดงต่อได้ อย่างถูกต้องตามที่ได้ฟัง เป็นต้นว่าพระพุทธองค์แสดงธรรมนี้ไว้แก่ใคร ที่ไหน เมื่อไร ทรง ปรารภเหตุอะไร เนื้อความของธรรมว่าด้วยเรื่องอะไร เช่น พระ อานนท์ นี่กล่าวถึงผู้ที่มีความรู้ความสามารถในทางพหูสูตรเรียนรู้ และทรงจำพุทโธวาท แม้เพียงฟังธรรมแค่ครั้งเดียว ก็รู้แจ้งตลอด เรื่อง ถ้าพระพุทธองค์ไม่ทรงแสดงก็ไม่สามารถจะรู้ได้ ในยุคนั้น ยังไม่มีตำราหรือคัมภีร์บันทึกคำสอนของพระพุทธเจ้ายังไม่มีครู อาจารย์เขียนตำราไว้ ต่อมาเมื่อพ.ศ.๔๕๐ จึงมีการจารึกคำสอน ลงในใบลาน

ถึงแม้ว่าจะมีการจารึกคำสอนลงในใบลานแล้วก็ตาม แต่ก็ ใช่ว่าจะหามาอ่านมาศึกษาได้โดยง่าย มาถึงยุคนี้สมัยนี้มีหนังสือ ธรรมพิมพ์ออกมาเผยแผ่มากมาย ไม่เหมือนยุคก่อนโน้น (ประมาณ พ.ศ.๒๔๔๐) จะหาคัมภีร์ใบลานมาอ่านสักผูกหนึ่งเป็นเรื่องยาก ในวัดที่อาจารย์อยู่ตอนเป็นนักเรียนต้องไปขอยืมเขามาอ่านมาศึกษา ไม่ใช่เรื่องง่ายเลย ไม่สามารถขอยืมได้หมด ทั้งมัด หรือผูกได้ ต้อง แบ่งขอยืมมาทีละน้อย ทีละน้อย สมัยที่อาจารย์ยังเป็นเด็กอยู่นั้น ที่วัดไม่มีหนังสือเรียนต้องเดินทางไปขอยืมคัมภีร์อีกวัดหนึ่ง เมื่อ เดินทางไปถึง เจ้าอาวาสจะถามว่า จะนำคัมภีร์ไปอย่างไร นำผ้าห่อ คัมภีร์มาด้วยหรือเปล่า หลงคิดว่า จะขอยืมได้ทั้งมัด (ผูก) แท้จริง กลับไม่ได้ดังคิด

ถ้ามีผ้าห่อมัดคัมภีร์ใบลานไปด้วย ก็ขอแบ่งยืมมาได้ โดยใช้ผ้าที่เตรียมมาจัดห่อแล้วผูกมัดรวมกัน วิธีทำคือเอาไม้ไผ่ ๒ อันมาประกบกัน หรือนำคัมภีร์ใบลานบรรจุลงในกล่องไม้ไผ่ พัน ด้วยแถบริ้วที่ทำด้วยผ้ามัดให้แน่น จากนั้นก็ห่อด้วยผ้าผืนโตอีกชั้น หนึ่งแล้วนำกลับวัด แจกจ่ายกันไปศึกษาเล่าเรียน เมื่อเรียนจบ ได้ความรู้แล้วก็เอากลับมาคืน และขอยืมผูกหรือมัดอื่นต่อไป สมัยก่อนการหาคัมภีร์เพื่อศึกษาไม่ใช่เป็นเรื่องง่าย เหมือนสมัย ปัจจุบัน สมัยนี้มีความสะดวกมาก (๒๕๐๔) มีหนังสือพิมพ์ออกมา เผยแพร่มาก เพิ่งจะมีสมัยนี้ยุคนี้ มีตำราธรรมออกมามากมาย ในสมัยที่อาจารย์เป็นเด็กอยู่นั้นจะมองไปทางไหน ก็ไม่เห็นตำรา ธรรมให้ เล่าเรียนศึกษามาก เหมือนอย่างในปัจจุบันนี้ หลังจาก เสร็จสิ้นการประชุมสังคายนาพระไตรปิฎกครั้งที่ ๖ แล้วก็มี โครงการจัดพิมพ์หนังสือธรรม และตำราเรียนมากมายหลายหลาก อาจารย์รูปนั้นก็เขียน อาจารย์รูปโน้นก็เขียน อยากเรียนศึกษา ค้นคว้าก็หาได้ไม่ยาก เมื่อเรียนจบก็ได้รับความรู้เรื่องปริยัติศาสนา ตามที่ได้อธิบายไว้ในหนังสือนั้นๆ และมีการสอนเรื่องการบริกรรม ภาวนาซึ่งเป็นส่วนปฏิบัติ การปฏิบัติในส่วนศีลสิกขา และสมาธิ สิกขา ทั้งสองนี้เป็นส่วนปฏิบัติ และเมื่อปฏิบัติจนถึงอิ่มตัวมีความสมบูรณ์บริบูรณ์แล้ว เวลานั้นเรียกว่า **ปฏิเวธ**

ปฏิเวธ หมายถึง การบรรลุหรือการรู้แจ้งแทงตลอดในธรรมวิเศษ คืออริยมรรค อริยผล จัดเป็นการเข้าถึงแก่นธรรมของพระ ศาสนา

ด้วยปัญญาอันแหลมคม ซึ่งการเข้าถึงปฏิเวธธรรมได้นั้น ต้องเข้าถึงกันด้วยการปฏิบัติ

กล่าวในที่นี้ การรักษาศีล ชื่อว่า เป็นการปฏิบัติธรรมอย่าง หนึ่ง การฝึกสมาธิก็เป็นการปฏิบัติธรรมอย่างหนึ่ง และการเจริญ ปัญญาก็เป็นการปฏิบัติอย่างหนึ่ง รวมเป็น ๓ ประการ สิกขา ๓ นี้ สมาธิหรือสมาธิสัมโพชฌงค์อยู่ตรงกลาง สมาธินี้ เมื่อกล่าวตาม หลักของอภิธรรมมีหลายประการตามบาลีในอภิธรรมว่า กุสลา ธมฺมา อกุสลา ธมฺมา อพฺยากตา ธมฺมา. ซึ่งเป็นธรรมข้อแรกสุด ของติกมาติกา ซึ่งแปลว่า สมาธิที่เป็นกุศลก็มี สมาธิที่เป็นอกุศลก็มี สมาธิที่เป็น อัพยากฤตก็มี

สมาธิที่เป็นอกุศลนั้น เช่น บุคคลทำอกุศลกรรม ก็มีสมาธิ เหมือนกัน บุคคลเหล่านี้จะมี สมาธิแน่วแน่ในการจะทำงานนั้น ให้สำเร็จเท่าที่จะทำได้ ในฝ่ายทางโลกนั้น นักคิดนักวางแผน นักวิชาการ นักเขียน นักแต่งหนังสือ ต้องมีสมาธิจึงจะทำได้ งานอุตสาหกรรม งานหัตถกรรม การวิจัยโครงการที่จะประดิษฐ์ สิ่งใหม่ๆ ให้ออกมาเป็นที่นิยมของท้องตลาด ต้องมีสมาธิด้วย เช่นกัน ถ้าไม่มีสมาธิก็จะทำงานไม่ได้ เพราะงานทุกอย่างที่บุคคล ทำนั้น ยิ่งเป็นงานใหญ่ๆ จำเป็นต้องมีสมาธิ นักเขียน นักค้นคว้า นักวิจัยทุกศาสตร์ทุกแขนง เช่นไอน์สไตน์ เป็นต้น ต้องมีสมาธิทั้งนั้น

อย่างไรก็ตาม สมาธิเหล่านี้ไม่อาจกล่าวได้ว่าเป็นกุศลสมาธิ หากมีโลภะเป็นหัวหน้าใน การคิดพิจารณา หากมีโทสะเป็นหัวหน้า ก็จะคิดสร้างอาวุธยุทโธปกรณ์ขึ้นมาประหัตประหารชีวิตกันและกัน ขณะ

ที่โทสะเป็นใหญ่ในการคิดค้นคว้านั้น อยู่ก็สามารถมีสมาธิเกิด ขึ้นได้ โมหะก็ดี มานะก็ดี ทิฏฐิก็ดี ถ้าเป็นใหญ่เป็นประธานในการ คิด สมาธิก็เกิดขึ้นได้ แต่ทั้งหลายนั้นจัดเป็น **อกุศลสมาธิ**

กล่าวในทางตรงกันข้าม ถ้าจิตนี้มุ่งไปในทางบุญกุศล ก็จัด เป็นกุศลสมาธิ เช่น กำลัง ถวายทานอยู่ ก็มีสมาธิร่วมด้วย ขณะ รักษาศีลก็มีสมาธิร่วม ขณะปฏิบัติสมถะภาวนา และวิปัสนาภาวนา ก็มีสมาธิร่วมด้วย สมาธิเหล่านี้ เรียกได้ว่า สมาธิฝ่ายกุศลธรรม เป็นสัมปยุตตธรรม หมายความว่า จิตและเจตสิกนี้ เป็นสัมปยุตกัน รับอารมณ์เดียวกัน คือ ๑)เกิดพร้อมกัน ๒. ดับพร้อมกัน ๓. มี อารมณ์เดียวกัน ๔. มีวัตถุ มีจักขุวัตถุเป็นต้นเดียวกัน ดังนั้น ถ้าจิตและเจติสกมุ่งอารมณ์ที่เป็นอกุศล ก็เป็นอกุศลสมาธิ ถ้ามุ่ง อารมณ์ที่เป็นกุศลก็เป็นกุศลสมาธิ สำหรับท่านที่กำลังกำหนดอยู่นี้ สมาธิที่เกิดจากภาวนา จัดเป็นกุศลสมาธิ จะกล่าวว่าเป็นอกุศล สมาธิไม่ได้

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้อธิบายโดยเริ่มต้นด้วยคำถามว่า อะไรเรียกว่า สมาธิ? คำตอบ คือ สมาธินี้ อธิบายได้หลายนัย ถ้า ตอบแบบไม่ต้องคิด สมาธินี้ไม่ใช่ว่าอยากได้แล้วก็มาทันที แต่ถ้า ตอบให้สั้นกระชับเข้ามา สมาธิ หมายถึง เอกัคคตา เป็นกุศลเจตสิก ที่เกิดร่วมกับจิต จิตตะ หมายถึง จิต เอกัคคตา หมายถึง การมี อารมณ์เป็นหนึ่งเดียว ซึ่งมีจิตเกิดร่วมด้วย จิตมีอารมณ์เป็นหนึ่ง ด้วยเช่นกัน สภาวะของจิตตั้งอยู่ในอารมณ์เดียว ดังนั้นถ้าเกี่ยวกับ การภาวนา สมาธิ จึงจัดเป็นฝ่ายกุศล ไม่ใช่อกุศล ไม่ใช่อัพยากฤต เพราะสมาธิฝ่ายกุศลสามารถเกิดขึ้นได้ทุกขณะ ให้ทาน รักษาศีล ท่องบ่นภาวนา

แต่ว่ายังไม่ชัดเจนต่อเมื่อมีการภาวนา สมาธิจึงมีความ ชัดเจนขึ้นมาเป็นลำดับ เช่น อุปจารสมาธิ อัปปนาสมาธิ ขณิกสมาธิ มรรคสมาธิ ผลสมาธิ เป็นต้น มีสมาธิต่างๆ นานาหลายชนิด ด้วยกัน

อุปจารสมาธิ หมายถึง สมาธิในสมถะภาวนา เมื่อสมถะ ภาวนายังไม่แก่กล้าเต็มที่ ยังไม่ถึงฌานสมาบัติ สมาธิก่อนบรรลุ ฌานนี้เรียกว่า “อุปจารสมาธิ” แปลว่า สมาธิที่เข้าใกล้เฉียดๆ แต่ ยังไม่ถึงฌานใกล้ถึงฌานมากแล้ว จึงเรียกว่า อุปจารสมาธิ เริ่มต้นนั้นยังไม่เรียกอุปจาระ เป็นเพียงสมาธิธรรมดาเท่านั้น เรียกว่า บริกรรมสมาธิ ยังไม่นับเป็นอุปจาระ อุปจารสมาธิ หมายถึง ปฏิภาคนิมิต

เมื่อโยคีปฏิบัติกรรมฐาน จนเริ่มเห็นนิมิตชัดเจนเป็นพิเศษขึ้นมา เมื่อนั้นจึงจะจัดเป็นสมาธิ เมื่อสมาธิเกิดแล้ว จิตจะปราศจากมลทิน คือนิวรณ์กิเลส หากจิตยังไม่ผ่องใสยังไม่ปลอดจากมลทินคือ นิวรณ์แล้วอุปจารสมาธิก็ยังไม่เกิดขึ้น

นิวรณ์ คือ อะไร? นิวรณ์ คือ ธรรมกั้นจิต มีอยู่ ๕ ประการ ได้แก่ กามฉันทะนิวรณ์ พยาบาทนิวรณ์ ถีนมิทธะนิวรณ์ อุทธัจจะ-กุกกุจจนิวรณ์ และวิจิกิจฉานิวรณ์ หากกล่าวโดยพิสดารก็มี ๘ ประการ มีกามฉันทะ พยาบาท ถีนะ มิทธะ อุทธัจจะ กุกกุจจะ วิจิกิจฉา และโมหะ

อิทธิฤทธิ์ของนิวรณ์

การครุ่นคิดถึงกามคุณอารมณ์ เรียกว่า กามฉันทะนิวรณ์ บรรดามนุษย์ที่อยู่ในกามภพนี้ มีปกตินึกคิดถึงกามคุณอยู่เสมอ กามคุณที่ยังไม่ได้มา ก็พยายามแสวงหาเพื่อให้ได้มา เมื่อได้มา แล้วก็ต้องเสวยอารมณ์ เสวยแล้วก็ติดใจ หมกหมุ่นเพลิดเพลิน มัวเมา ยกตัวอย่างเช่น อยากได้รูปารมณ์ที่สวยๆ งามๆ ก็แสวงหา เมื่อได้มาแล้วก็ดูชม ดูแล้วก็ติดใจ ต้องใจ สัททารมณ์เสียง อันไพเราะ ก็อยากได้ยินอยากได้ฟัง คันธารมณ์ กลิ่นหอมชื่นใจรัญจวนใจ อยาก สูดอยากดม รสารมณ์ โภชนาหารที่มีรสอร่อยก็อยากชิมลิ้มรส ลอง รส โผฏฐัพพารมณ์ การสัมผัสถูกต้อง นุ่มนวล ละมุนละไม ก็อยาก สัมผัสแตะต้องลูบไล้ ความคิดคำนึงถึงเครื่องอุปโภคบริโภคนานา ชนิด มีความปรารถนาต้องการจะได้สิ่งเหล่านี้ ปรารถนาลาภ ยศ สรรเสริญ สุข ตามวิสัย โลกธรรม พร้อมคิดวาดหวัง ความร่ำรวย ความมีบริวาร เด่นดังในสังคม ขณะครุ่นคิดอยู่นี้ เรียกว่า "**กาม-ฉันทะนิวรณ์**" กิเลสเครื่องกั้นไม่ให้บรรลุธรรม คือกามคุณ (หมู่-กลุ่มของวัตถุ กามและกิเลสกาม ๕ คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ)

จิตที่ปลอดจากนิวรณ์เหล่านี้แหละ คือ จิตที่บรรลุอุปจาร-สมาธิแล้ว เมื่อจิตบรรลุถึงอุปจารสมาธิแล้ว จิตที่จะฝักใฝ่อยู่ใน กามคุณอารมณ์ก็ไม่มีอีกต่อไป

ถามว่า ขณะกำหนดอารมณ์กัมมัฏฐานอยู่ในใจนี้ กาม-ฉันทนิวรณ์ไปอยู่เสียที่ไหน?

ตอบว่า กามฉันทนิวรณ์ จะค่อยๆ ถอยออกไปๆ ไม่มีกำลัง พอที่จะส่งผลกระทบได้

ปกติแล้ว จิตของบุคคลในกามภพนี้ อุ่นหนาฝาคั่งไปด้วย กามคุณอารมณ์ และกามคุณอารมณ์นี้ ก็เกิดขึ้นได้อย่างอิสระเสรี แต่พอมาปฏิบัติสมถะและวิปัสสนา ซึ่งจะมีแต่การกำหนดอารมณ์ ของกัมมัฏฐานอย่างเดียว กามคุณอารมณ์ที่จะเข้ามาได้ตามความ ชอบใจ ก็ไม่สามารถ เข้ามาได้

เพราะฉะนั้น โยคีจึงต้องหมั่นกำหนดอารมณ์กัมมัฏฐาน ให้ติดต่อกันอยู่เสมอๆ เพื่อไม่ให้จิตหนีไปหากามคุณอารมณ์ ต้องตามกำหนดอย่างใกล้ชิด ค่อยๆกำหนดไปทีละอารมณ์ทีละ อารมณ์ที่เกิดขึ้น มีสติสัมปชัญญะเอาใจใส่ตามกำหนดอยู่เสมอๆ แล้วความครุ่นคิดถึงเรื่อง กามคุณอารมณ์ก็จะค่อยหมดไปเอง

ถ้าจิตของโยคีโลภออกไปหาอารมณ์ที่ปรารถนา เมื่อนั้น กามคุณก็เป็นอิสระขึ้นมาทันที โยคีก็ไม่สามารถตามสกัดกั้นได้ทัน เพราะขาดความเพียรกำหนดจิตที่คิดนึกคำนึงถึงกามคุณอารมณ์ นี้แล่นออกไปเอง เพราะโยคีขาดสติและเผลอเหม่อลอยไม่คอย กำหนด จิตจะล่องลอยไปไกลสู่อารมณ์ที่ชอบใจ สู่สภาพที่ๆชอบใจ คิดเรื่องโน้นคิดเรื่องนี้ คิดเรื่องไหนๆ ก็ถึงใจหมด คิดตลอดวันตลอด คืน

กามฉันทนิวรณ์เป็นอย่างนี้

กามฉันทนิวรณ์นี้ใจของเราอยากจะคิดอย่างไรก็คิดไป แต่ตลอดเวลาที่คิดคำนึงอยู่นี้ การภาวนาเสื่อมเสียหมด เวลาทั้งหมด ที่ผ่านไปนั้น โยคีไม่ได้กำหนดกัมมัฏฐานเลยสักอย่างหนึ่ง ปล่อย อารมณ์ให้เตลิดออกไปข้างนอก แล้วไม่ได้ตามกำหนดความคิดนั้น เลยแม้แต่อย่างเดียว ที่เป็นเช่นนี้เพราะถูกกามฉันทนิวรณ์เข้า ครอบงำ โยคีบางคนที่ไม่ตั้งใจกำหนดจะเป็นอย่างนี้

โยคีที่ตั้งใจกำหนดนั้นจะค่อยๆ ถอดถอนกามฉันทนิวรณ์ ออกไปจากใจได้

บางคนตั้งใจจะมาฟังธรรม กามฉันทะก็เข้ามาทันทีว่า ช้าก่อนอย่าเพิ่งไป มีงานที่จะต้องทำไปตอนนี้ยังไม่ได้ วันนี้มีงาน สำคัญต้องทำให้เสร็จก่อน มีนัดที่จะต้องไปพบปะเจรจา เรื่องงาน กามฉันทะจะกั้นไว้ห้ามไม่ให้ไป นี่แหละคือ นิวรณ์ตัวจริง ความหมายของนิวรณ์ คือ เป็นตัวกั้นอย่างแท้จริง หรือเพียงคิดว่า จะไปเข้าปฏิบัติกัมมัฏฐาน ก็จะเข้ามาขัดขวางทันทีว่า ถ้าไปเข้า กัมมัฏฐานแล้ว ไม่ใช่เวลาแค่ชั่วโมงสองชั่วโมงเข้าปฏิบัติกัมมัฏฐาน จริงๆ ต้องใช้เวลามาก กว่าจะได้บรรลุมรรคญาณผลญาณ ถ้าไป ปฏิบัติตอนนี้ก็ยังไม่เกิดมรรคผลอะไรหรอก อีกประการหนึ่ง อายุเรายังน้อยอยู่ยังไม่แก่เท่าไร รอไว้ให้อายุมากๆก่อนแล้วค่อยไป ปฏิบัติก็ยังได้นี่นา นิวรณ์ห้ามไว้อย่างนี้

บางคนบอกว่า การงานยังไม่ลงตัว บ้างก็บอกว่า มีธุระกิจที่ยังคั่งค้างต้องสะสางให้เสร็จก่อน ขอผลัดไปก่อน เลื่อนออกไปก่อน

ปีนี้ไม่ว่าง ขอเลื่อนไปปีหน้าค่อยว่ากันใหม่ ยกเหตุยกผล ขึ้นมาอ้าง เพื่อจะได้งดไม่ไปปฏิบัติธรรม ปล่อยวันเวลาให้หมดไป หมดไป เลยหมดโอกาสที่จะปฏิบัติธรรมกัน

ทำไมถึงเป็นเช่นนี้ เพราะถูกกามฉันทะปิดกั้นไว้ นี่ขนาดยังไม่ทันได้มาปฏิบัติเลย ก็ปิดกั้นไว้ซะแล้ว และเมื่อเข้ากัมมัฏฐาน ขณะที่กำลังกำหนดด้วยความเพียรอยู่ จิตก็เผลอหลุดออกไป ภายนอก เพื่อแสวงหากามคุณอารมณ์ คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสที่ดีๆ นี่เป็นกรณีของ ผู้ที่มาเข้าปฏิบัติธรรมแล้ว จิตก็ยัง ไม่วายแส่ออกไปหากามคุณอารมณ์อีก และเมื่อจิตหลุดออกไป โยคีจะขาดสติ เมื่อขาดสติ โยคีจะเผลอลืมกำหนด การปฏิบัติก็เหลว ไป ถ้าคิดเพลินไป ๕ นาที การปฏิบัติก็เสื่อมไป ๕ นาที คิดอยู่ ๑๐ นาที การภาวนาก็เสียไป ๑๐ นาที

มีบางคนบอกว่า เธออย่าเพิ่งไปนิพพานเลย รอไปก่อนเถอะ ถ้าไม่ใช่เรื่องนั้นก็เรื่องนี้ ยกขึ้นมาอ้าง เพื่อปิดกั้นจิตไม่ให้มา ปฏิบัติธรรม เหตุนั้นนิวรณ์นี้ จึงเรียก กามฉันท์

พยาบาท คือ จิตที่คิดร้าย ซึ่งมีโทสะเจตสิกเข้าประกอบร่วม ถ้ามีจิตมุ่งร้ายเกิดขึ้น ภาวนา(กำหนด)ก็เสียไป

ถีนะมิทธะ คือ จิตที่หดหู่ ท้อแท้ ท้อถอย ง่วงเหงา เซื่องซึม คอยปิดกั้นการ ปฏิบัติธรรมเป็นอย่างมาก เวลาฟังธรรมก็มากั้นไว้ เวลาอ่านหนังสือธรรมก็มากั้นไว้ เวลาทุ่มเท เอาใจใส่การปฏิบัติก็มา กั้นไว้ ถีนะมิทธะจึงมีลักษณะห้ามหรือปิดกั้นจิต

ในจำนวนลักษณะดังกล่าวนี้ บางคนมีฉันทะความตั้งใจที่ จะปฏิบัติธรรมอย่างน่าอัศจรรย์ น่าชื่นชม ส่วนใหญ่มักถูกปิดกั้นไว้ ฆราวาสชายหญิงก็ตาม ภิกษุสามเณรก็ตาม ที่ตั้งใจมาปฏิบัติ พอปฏิบัติไปหน่อยหนึ่ง ไม่แคล้วที่จะถูกถีนะมิทธะเข้ามาสะกัดกั้น หมด ที่มาเข้าปฏิบัติได้สำเร็จนั้น แม้ว่าพาตัวเข้ามาปฏิบัติได้สำเร็จ แล้ว ยังไม่แคล้วที่จะถูกถีนะมิทธะตามมาสะกัดกั้นต่ออีก คอยแอบอยู่ข้างๆ ทำให้การปฏิบัติไม่บังเกิดผลก้าวหน้า เพราะทำ ให้โยคีกำหนดอะไรไม่ได้เลย พอกำหนดขึ้นมาก็เกิดง่วงเหงา หาวนอน เกิดความเกียจคร้านบ้าง ท้อแท้บ้าง เซื่องซึมบ้าง สัปหงก บ้าง ผลของการปฏิบัติไม่ก้าวหน้า ไม่มีความรู้พิเศษใดเกิดขึ้นเลย

ต่อไป **อุทธัจจะกุกกุจจะ** ได้แก่ ความฟุ้งซ่าน ความกังวลใจ อุทธัจจะ แปลว่า ความ ฟุ้งซ่าน กุกกุจจะ ความกังวลหรือความ รำคาญใจ ถ้าอุทธัจจะกุกกุจจนิวรณ์เกิดขึ้น โยคีก็ไม่สามารถ ปฏิบัติธรรมให้ก้าวหน้า เพราะขาดการกำหนด ปิดโอกาสไม่ให้ธรรม พิเศษเกิดในจิต

ประการสุดท้าย คือ **วิจิกิจฉา** ความสงสัย ขณะปฏิบัติอยู่ โยคีเกิดความสงสัยไม่แน่ใจว่า การมาปฏิบัติกัมมักฐานนี้ จะได้ผลจริงหรือ? ไม่ค่อยมีความเชื่อเท่าไร ถ้าวิจิกิจฉานี้เกิดขึ้นมา จะทำให้โยคีไม่ตั้งใจปฏิบัติ หรือปฏิบัติอย่างย่อหย่อน ความจริง การปฏิบัตินี้ สามารถนำความสำเร็จให้ได้จริง การปฏิบัตินี้มีผล ถ้าสามารถปฏิบัติได้จริงมีค่าคู่ควรแก่การพิจารณาน้อมนำ เข้ามาปฏิบัติ ถ้าโยคีสามารถคิดได้

เช่นนี้ มีความเชื่ออย่างนี้ การ ปฏิบัติก็จะก้าวหน้า และได้บรรลุธรรมพิเศษตามลำดับขั้นตอน ของการปฏิบัติ

แต่ถ้ามามัวนั่งคิดสงสัยอยู่ว่า จะได้ผลจริงหรือไม่จริงก็ไม่รู้ ละก็เป็นอันไม่ได้ปฏิบัติกัน หรือขณะที่กำลังตั้งหน้าตั้งตาปฏิบัติ ไปเรื่อยๆ เกิดมีความสงสัยขึ้นมาในระหว่างว่า มันจะมีผลหรือ จะสำเร็จได้หรือ แทรกเข้ามาเมื่อไร การปฏิบัติก็เสียไปเมื่อนั้นทันที ไม่สามารถเดินหน้าต่อไปได้ นี่แหละคือ วิจิกิจฉานิวรณ์ตัวปิดกั้น อีกประการหนึ่ง

นิวรณ์ทั้ง ๕ ประการนี้จะหมดไปได้ ก็ต่อเมื่ออุปจารสมาธิ เกิดขึ้น เมื่ออุปจารสมาธิเกิดขึ้นแล้ว จิตจะไม่ท่องเที่ยวไปไหน อีกแล้ว

อุปจารสมาธินี้ มีอธิบายอยู่ในคัมภีร์ปฏิสัมภิทามรรค ซึ่งท่านแบ่งออกเป็น ๔ ประเภท ด้วยกันเรียกว่า เอกัคคตา หรือเอกัตตะ แปลว่า ความมีอารมณ์เดียวหรือมีอารมณ์เป็นหนึ่ง ดังนี้

กตเม เต เอกตฺตา? ความเป็นธรรมอย่างเดียวเหล่านั้นเป็นไฉน? เอกัตตะ มี ๔ คือ

๑. ทานโวสฺสคฺคุปฏฺฐาเนกตฺตํ ความเป็นธรรมอย่างเดียวในความปรากฏแห่งการบริจาคทาน

๒. สมถนิมิตฺตุปฏฺฐาเนกตฺตํ ความเป็นธรรมอย่างเดียว ในความปรากฏแห่งสมถนิมิต

๓. วยลกฺขณุปฏฺฐาเนกตฺตํ ความเป็นธรรมอย่างเดียว ในความปรากฏแห่งลักษณะความเสื่อมไป

๔. นิโรธุปฏฺฐาเนกตฺตํ ความเป็นธรรมอย่างเดียว ในความปรากฏแห่งนิโรธความดับไป

จิตที่ถึงความเป็นเอกัตตะ โดยฐานะ ๔ เหล่านี้ เป็นจิตที่ ผ่องใสสะอาด เป็นการปฏิบัติที่เพิ่มพูนอุเบกขาประกอบด้วย ญาณปัญญา

๑. ทานโวสฺสคฺคุปฏฺฐาเนกตฺตํ ความที่จิตมีอารมณ์ปรากฏ เป็นหนึ่งเดียวแห่งการบริจาคทาน หมายถึง โยคีเจริญจาคานุสสติ สติระลึกถึงทานที่ตนได้บริจาคไปแล้ว **ทานโวสสัคคะ** ทานที่สละ ให้แล้วอุปัฏฐานปรากฏ เอกัตตะจิตตั้งอยู่ในอารมณ์เดียว เมื่อระลึก ถึงทานที่ตนได้ถวายไปแล้ว ได้ระลึกไว้ในใจว่า ได้ถวายทานอย่าง พร้อมมูลถวายทานด้วยเจตนาบริสุทธิ์ ถวายทานอย่างไม่เสียดาย วัตถุทานทั้งหลาย ถวายทานไปด้วยปราศจากความยึดติด ใน ของที่ถวายไปแล้ว ไม่นึกเสียดายในภายหลัง อีกทั้งผู้รับทานนั้น หากมีสิ่งหนึ่งสิ่งใดที่ท่าน ต้องการมีความจำเป็นต้องใช้ และเราได้ ขวนขวายจัดแจงทำไปถวายอย่างพร้อมมูล เมื่อเจริญจาคานุสสติ หวนระลึกถึงทานที่ได้บริจาคแล้วไปอย่างนี้ ขณะที่พิจารณาอยู่นี้ จิตไม่ท่องเที่ยว ไปในที่อื่นความคิดอื่นๆ ไม่แทรกเข้ามา พิจารณา อยู่แต่ทานที่ให้ไปแล้วอย่างเดียว จนกระทั่งจิตตั้งมั่นสงบอยู่ ในอารมณ์เดียว จัดเป็นเอกัตตะประการหนึ่ง

๒. สมถนิมิตฺตุปฏฺฐาเนกตฺตํ เมื่อสมถนิมิตปรากฏ จัดเป็นเอกัตตะประการหนึ่ง มีเอก้ตตะประการเดียวเท่านั้น ที่ กิเลส

ทั้งหลายไม่สามารถเข้ามาร่วมได้ ความคิดคำนึงของจิตในฝ่ายกิเลสนั้นไม่สามารถแทรกเข้ามาได้ เพราะต่างเกิดกัน ทีละครั้งทีละหน ไม่ปะปนกัน กล่าวโดยภาพรวมการปฏิบัติ กัมมัฏฐานนี้ ก็เพื่อให้จิตที่เป็นเอกัตตะนี้เกิดขึ้น

ธรรมดาจิตที่ครุ่นคิดอยู่นี้ มีกิเลสเป็นเพื่อนร่วมอยู่ด้วย บางครั้งมีราคะเป็นสหายครุ่นคิดไปด้วยราคะ ความกำหนัดยินดี ในอารมณ์รัก บางครั้งมีโทสะเป็นสหาย คิดวางแผนด้วยอำนาจ โทสะ คิดแค้นขุ่นเคืองอาฆาตมาดร้าย บางครั้งก็ส่องเสพกับโมหะ ลุ่มหลงงมงายมีโมหะเป็นสหาย คิดไปตามโมหะ บางครั้งก็มีมานะ เป็นสหาย คิดดูถูกดูหมิ่นผู้อื่นด้วยอำนาจความรู้ ฐานะทางตระกูล ฐานะทางยศศักดิ์วาสนา บางครั้งก็มีทิฏฐิความเห็นผิดเป็นสหาย บางครั้งก็มีวิจิกิจฉาเป็นสหายคิดไปด้วยความลังเลสงสัยอยู่ในใจ ตลอดเวลาที่คิดอย่างนี้ มักส่องเสพกิเลสเป็นสหายเสียส่วนใหญ่ และกิเลสก็มีมากมายร้อยแปดพันเก้า เมื่อมีกิเลสเป็นสหายมาอยู่ ร่วมด้วยกัน จิตนี้ก็ยินดีชอบใจกับมันดังนั้น กำลังของการปฏิบัติ สมถะกัมมัฏฐาน โดยมีจิตตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียวนั้น สามารถ จับกิเลสแยกออกจากจิตได้ กิเลสที่ชอบเข้ามาสุงสิง คอยอยู่เป็น เพื่อน จะถูกสกัดและจับพรากออกไปด้วยอำนาจของสมถภาวนา ซึ่งจิตตั้งมั่นมุ่งอยู่แต่อารมณ์เดียวเท่านั้น

นั่นคือ สมถนิมิตตุปัฏฐาเนกัตตะ หมายถึง สมถนิมิตปรากฏ เห็นชัดเจนดีแล้ว กำลังของสมถะกัมมัฏฐานนี้ จิตจะตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียว เป็นเอกัตตะประการหนึ่ง

ยกตัวอย่าง การเพ่งกสิณดิน เมื่อนำดินมาทำเป็นดวงกสิณ ให้ได้รูปร่างสัณฐานแล้ว ก็ใช้เป็นอุปกรณ์ในการเพ่งดู พร้อมกับ บริกรรมว่า ปฐวี ปฐวี ปฐวี ลืมตาเพ่งดู **(ดูคำอธิบายในวิสุทธิ-มรรค)**

เมื่อดวงกสิณนี้เข้ามาปรากฏเป็นอารมณ์เดียวอยู่ในใจ โดยการเพ่งอย่างนี้ จิตก็จะไม่ท่องเที่ยวไปไหน นิวรณ์กิเลส มีกามฉันทะเป็นต้น และกิเลสพวกอื่น ก็ไม่สามารถแทรกเข้ามา เมื่อเพ่งอยู่เป็นประจำเช่นนี้ เมื่อเห็นสมถะนิมิต คือ ดวงกสิณปรากฏ ชัดเจนดีแล้ว จึงจัดว่าเป็นเอกัตตะ มีจิตตั้งมั่นในอารมณ์เดียว ประการหนึ่ง

การเจริญพุทธานุสสติ คือ ระลึกถึงพระพุทธคุณเป็นอารมณ์ การเจริญพุทธานุสสติ เป็นอารมณ์นั้นอย่างง่ายๆ คือ การระลึกถึงพระพุทธองค์โดยมุ่งไปที่รูปกายสมบัติ ตามหลักมหาปุริสลักษณะ ๓๒ ประการ การเพ่งดูรูปกายสมบัติของพระพุทธองค์เป็นอารมณ์นี้ เมื่อเกิดนิมิตขึ้นมาก็จัดเป็นอารมณ์ของสมาธิได้ประการหนึ่ง คือ ตั้งมั่นอยู่ในพระพุทธคุณมีมหาปุริสลักษณะเป็นอารมณ์

แต่ในที่นี้ มิได้ต้องการให้ระลึกถึงพระพุทธคุณในแง่พระประธานอย่างเดียว หากแต่ให้ระลึกถึงพระคุณของพระพุทธเจ้าเป็นพุทธานุสสติไปพร้อมกันด้วย ครั้งก่อนได้แสดงธรรมเกี่ยวกับพุทธานุสสติในตอนที่ว่า ด้วยปีติสัมโพชฌงค์ไว้มากมาย (ยังไม่จัดพิมพ์) ระลึกอย่างไรนั้น ขอให้ส่งจิตระลึกไปตาม บทสรรเสริญพระพุทธคุณเป็นต้นว่า **อรหํ** พระองค์เป็นผู้ไกล จากกิเลส ทรงหักซี่กำ

แห่งสังสารจักร ทรงทำลายข้าศึก คือ กิเลส **สมฺมาสมฺพุทฺโธ** ทรงตรัสรู้อริยสัจจธรรมโดยชอบ ด้วยพระองค์เอง **วิชฺชาจรณสมฺปนฺโน** ทรงถึงพร้อมด้วยวิชชาและจรณะ **สุคโต** ทรง เสด็จไปดีเพื่อเทศนาธรรมโปรดมวลเวไนยนิกร **โลกวิทู** ทรงรู้แจ้ง โลก **อนุตฺตโร** ทรงเป็นบุคคลผู้ยอดเยี่ยมไม่มีผู้ใดเปรียบปาน **ปุริสทฺทมฺมสารถิ** ทรงเป็นสารถีผู้ฝึกบุรุษผู้ควรฝึก **ภควา** ทรงเป็น ผู้หักทำลายสังสารวัฏ หรือจำแนกแจกแจงธรรม

เมื่อโยคีเพ่งอารมณ์ไปยังพระพุทธคุณดังกล่าว พร้อมทั้งระลึกถึงพระวรกายของพระองค์ จนกระทั่งเห็นนิมิตขึ้นมาจัดเป็นนิมิตตุปัฏฐาเนกัตตะเช่นเดียวกัน

เมตตาภาวนา ก็เป็นสมถนิมิตตุปัฏฐาเนกัตตะ อีกประการ หนึ่ง ในการเจริญเมตตาภาวนานี้ มีสัตว์และบุคคลเป็นเป้าหมาย โดยตั้งจิตแผ่เมตตาไปยังบุคคลนั้นโดยระลึกว่า ขอให้มีความ สุขกาย สุขใจเถิด อย่ามีเวรมีภัยจากศัตรูเลย อย่ามีอันตรายใดๆ บุคคลผู้เจริญเมตตาภาวนาเช่นนี้ จะมีจิตตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์ เดียวเท่านั้น คือ ขอให้บุคคลผู้ที่ตนแผ่เมตตานั้น เป็นเป้าหมาย มีความสุข ปราศจากทุกข์ ไม่มีเวรภัย รอดพ้นอันตรายทั้งปวง นั่นคือ สมาธินิมิตเกิดขึ้นแล้ว ต่อไปจึงเป็นการแผ่เมตตาไปไม่มี ขอบเขต แผ่เมตตาไปยังสรรพสัตว์ทุกหมู่เหล่า จนจิตนี้เหลืออยู่ เพียงอารมณ์เดียว ก็กล่าวได้อีกว่า เป็นสมถนิมิตตุปัฏฐาเนกัตตะ ได้อีกประการหนึ่ง

คราวนี้มาถึง **อานาปานสติกัมมัฏฐาน** การกำหนด ลมหายใจเข้า-ออก การกำหนดลมหายใจเข้า-ออกนี้ ให้โยคีกำหนด ลมที่กระทบปลายจมูกหรือขอบแก้มของจมูก เมื่อลมหายใจเข้า-ออก กระทบถูกปลายจมูกหรือขอบแก้ม ให้ตั้งใจกำหนดอยู่ตรงนั้นว่า เข้า-ออก, เข้า-ออก ระยะแรกกำหนดไม่ค่อยจะได้ จิตมักจะท่องเที่ยว ตะลอนตะลอนไปที่โน้นที่นี้ ครั้นหมั่นกำหนดบ่อยๆ จิตจะเกาะอยู่ กับลมหายใจเข้า-ออกที่กระทบปลายจมูกหรือขอบแก้ม ไม่ ท่องเที่ยวไปไหนต่อไปอีก กำหนดอยู่แต่เข้า-ออก สามารถตั้งมั่นอยู่ ในอารมณ์เดียวมีความก้าวหน้าในภาวนานี่ก็เรียกว่า สมถะนิมิต แล้ว คือ มีจิตตั้งมั่นในอารมณ์ที่จิตกำหนด จัดเป็นสมถนิมิตตุปัฏฐาเนกัตตะ ได้อีกประการหนึ่ง

สมาธินิมิตที่ตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียวนี้ เรียก อุปจารสมาธิ ก็มีอัปปนาสมาธิก็มี มี ๒ อย่าง ในตอนแรกก็ยังเป็นอุปจารสมาธิ ก่อน ต่อเมื่อได้บรรลุถึงฌานแล้ว นั่นแหละจึงเป็นอัปปนาสมาธิ

๓. วยคฺคุปฏฺฐาเนกตฺต ลักษณะคือ ความเลื่อมไปปรากฏ เป็นสมาธิอย่างหนึ่ง โยคีอุบาสกอุบาสิกาทั้งหลายผู้กำหนด วิปัสสนานี้ การเห็นลักษณะการเลื่อมไป เป็นคุณสมบัติของโยคี เมื่อเริ่มแรกการปฏิบัติโยคีต้องพยายามกำหนดอารมณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจากทวาร ๖ ทุกครั้งที่มีอารมณ์เกิดขึ้น จัดเป็นการกำหนด รูปกับนาม แต่จะเห็นอาการเกิด-ดับของรูป-นามนั้น โยคียังไม่รู้เรื่อง เลย

ขณะที่โยคีกำหนดรูป-นามเป็นอารมณ์อยู่ มีพองหนอ ยุบหนอ เป็นต้น ใจนี้ไม่ได้อยู่กับการกำหนดเสมอไป บางทีจิต ก็หลุดออกไปท่องเที่ยวอยู่ภายนอก ตามที่มีอารมณ์ปรากฏทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ความรู้สึกนึกคิด เมื่อเป็นเช่นนี้ เรียกว่า มีนิวรณ์ เกิดแล้ว โยคีจึงต้องเพียรพยายามกำหนดบ่อยๆ เมื่อมีการกำหนด บ่อยๆ จะค่อยๆ กำจัดความฟุ้งซ่านออกไปทีละน้อยๆ เมื่อความ ฟุ้งซ่านลดลง จิตจะไม่ท่องเที่ยวออกไปที่อื่นอีก เพราะกำหนดครั้งไร ก็เห็นอารมณ์ชัดขึ้น ชัดขึ้น โยคีจะสามารถกำหนดรู้รูป-นาม ได้ชัดเจน เมื่อเห็นชัดเจนนานเข้าๆ จะเริ่มเห็นอาการหมดไป หมดไป ดับไป ดับไป อย่างกระจ่างแจ้งชัดเจน

จะกำหนดครั้งใด หรือกี่ครั้ง จะเห็นแต่เพียงอาการดับไป เท่านั้น ไม่มีแม้แต่ครั้งเดียวที่ ตั้งอยู่ได้นาน เมื่อกำหนดอาการพอง กำหนดแล้วก็เห็นว่าอาการพองดับไป ครั้นกำหนดอาการยุบ อาการยุบก็พลันดับไป กำหนดอาการคู้ อาการเหยียด อาการคู้ อาการเหยียดก็จางหายไป การเห็น การได้ยิน การได้กลิ่น การลิ้มรส การถูกต้อง กำหนดแล้วกำหนดแล้ว อาการนั้นก็ดับไป ไม่มีอะไรเป็นสาระแก่นสารเลย ทุกสิ่งที่เกิดขึ้น เมื่อถูกกำหนด ทุกครั้ง ก็ดับไปทุกครั้ง ทันทีที่เห็นโยคีกำหนดปุปก็ดับไปใน ฉับพลัน อารมณ์ก็ตาม (หมายถึงรูป) จิต (นาม) ที่กำหนดอารมณ์ ก็ตามล้วนแต่ดับไป ดับไป โยคีกำหนดเห็นอยู่อย่างนี้

การดับไปนั้น เป็นชื่อของ **วยลักขณะ** ลักษณะความเสื่อม หรือดับไปของรูปนาม จะปรากฏให้เห็นเมื่อโยคีได้บรรลุถึง ภังคญาณ

เมื่อเริ่มต้นของการปฏิบัติ ยังไม่เห็นอาการดับ แต่เมื่อ โยคีพากเพียร ปฏิบัติไป คอยปรับอินทรีย์ให้พอเหมาะพอดี จน กระทั่งบรรลุถึง จุดที่ตั้งมั่น อยู่ในอารมณ์ได้นานๆ ในเวลานั้นเอง สมาธิที่ตั้งมั่น อย่างต่อเนื่องนี้ มีลักษณะของอุปจารสมาธิอยู่ด้วย แต่ไม่ใช่อัปปนา สมาธิ ยังไม่บรรลุถึงอัปปนาฌาน เป็นเพียงอุปจารสมาธิ ซึ่งมีมลทิน คือ นิวรณ์กิเลสทั้งหลายสงบไป

ส่วน**อัปปนาสมาธิ**นั้นได้แก่ การเพ่งอารมณ์ของสมถะ มีกสิณ เป็นต้น เมื่อนิมิตตารมณ์เข้าไปปรากฏอยู่ในใจอย่างมั่นคง และต่อเนื่อง เรียกว่า **ฌานจิต** ฌานจิตนี้ หมายถึง จิตที่มีสมาธิ หนักแน่น มั่นคง สม่ำเสมอ และต่อเนื่อง จึงเรียก **อัปปนาสมาธิ** นั่นเอง

ต่อไปได้แก่ **ขณิกสมาธิ** หมายถึง เมื่อโยคีกำหนดเห็น ลักษณะ ความเสื่อมไป สิ้นไปของ รูป-นาม นี้จัดเป็นสมาธิอย่างหนึ่ง เรียกว่า **ขณิกสมาธิ** เป็นวิปัสสนาสมาธิ ตั้งอยู่เพียงชั่วขณะ จิตเดียว ไม่เหมือน ฌานสมาธิ (ที่กล่าวแล้ว) ซึ่งมีสมาธิที่คงที่ มั่นคง และต่อเนื่องยาวนาน ส่วนขณิกสมาธินั้นกำหนดครั้งหนึ่ง ก็อารมณ์ หนึ่ง กำหนดได้ครั้งละ ๑ อารมณ์ ขณะที่กำหนดนั้น จิตก็ตั้งมั่น อยู่ในอารมณ์ที่กำหนดนั้น ขณะหนึ่ง นี้เรียกว่า **ขณิกสมาธิ**

ขณมตฺตฏฺฐิติโก สมาธิ สมาธิที่จิตดำรงอยู่ หรือตั้งมั่นอยู่ ชั่วขณะ (อย่าแปลว่า สมาธิ นิดหน่อย ผิดทั้งความหมาย หลักภาษา สภาวะ) ขณิกสมาธินี้ เมื่อมีกำลังมากขึ้น จะมีกำลังเท่ากับ ฌานสมาธิ จิตนี้

เกิดขึ้นครั้งหนึ่ง กำหนดครั้งหนึ่ง ก็ตั้งอยู่ครั้งหนึ่ง ไม่เคลื่อนย้ายไปไหน เมื่อมุ่งกำหนดอารมณ์แล้ว จะเกาะอยู่ ที่อารมณ์นั้นที่เดียว ไม่ยักย้ายถ่ายเทไปในอารมณ์อื่น เป็นเช่นนี้ เรื่อยไป เป็นปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นเมื่อสมาธิมีกำลังมากขึ้นมา บุคคลที่ไม่มีวิปัสสนาสมาธิเกิดขึ้นกับตน ไม่เคยพิจารณากำหนด อารมณ์ของวิปัสสนาจิตไม่สามารถรู้ได้

มีท่านผู้ไม่รู้ไม่เข้าใจขณิกสมาธินี้ กล่าวว่า การกำหนดเฝ้า สังเกตดูอารมณ์ที่เกิดจากทวารหก สมาธิจะเกิดขึ้นไม่ได้ จิตจะฟุ้ง กระจายไปหมด เพราะเห็นก็ต้องกำหนด ได้ยินก็ต้องกำหนด แม้ความรู้สึกนึกคิดก็ต้องกำหนด ต้องกำหนดไปตรงนั้นทีมาตรงนี้ที สมาธิจะเกิดขึ้นได้อย่างไร ผู้ที่กล่าวเช่นนี้ เพราะตนเองไม่เคย มีสมาธิ และสมาธิที่ดีนั้นจะเกิดขึ้นอย่างไร ไม่สามารถรู้ได้ จึงคิดว่า จิตต้องตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งเท่านั้น คือ กำหนดอยู่ ที่เดียวเท่านั้น

การพูดตามทฤษฎี ไม่ใช่ง่ายตามที่เข้าใจ ถ้าขาดประสบการณ์ตรงมาจากการปฏิบัติ

เอกัคคตา แยกออกเป็น **เอก** แปลว่า อันเดียว **อัคค** แปลว่า เลิศ หรืออารมณ์ ตา มาจาก **ภาว** แปลว่า ความมี **เอกัคคตา** แปลตามศัพท์ว่า **ความมีอารมณ์เดียว** ถือเอาความว่า ตั้งมั่นอยู่ใน อารมณ์เดียว ถ้ามีอารมณ์ ๒ อย่าง สมาธิทรงอยู่ไม่ได้ เห็นก็ อารมณ์หนึ่ง ได้ยินก็อารมณ์หนึ่ง อารมณ์ใดๆ ก็ตามที่เกิดทาง ทวารทั้งหก ต้องตามกำหนดรู้ให้ทันทั้งหมด ซึ่งมีอารมณ์ เยอะแยะมากมาย ให้กำหนดเช่นนี้ สมาธิไม่มีทาง

เกิดขึ้นได้กล่าว วิพากย์วิจารณ์กันไปเช่นนี้ เพราะผู้พูดไม่รู้เหตุเกิดของขณิกสมาธิ หรือวิปัสสนาสมาธิ

ในที่นี้ ฌานสมาธิที่เกิดจากการเจริญกสิณ เป็นต้น เรียกว่า **ปพันธสมาธิ** สมาธิที่เกี่ยวเกาะ มีอารมณ์มั่นคงตั้งมั่นอยู่ที่อารมณ์ เดียว กำหนดอยู่ที่อารมณ์เดียว เช่น กำหนดว่า ปฐวี ปฐวี ปฐวี เป็นการกำหนดกสิณ มีดินเป็นนิมิต เพ่งอารมณ์เดียวไม่ย้ายไปไหน ไม่เห็น อาการเกิดดับ เห็นอารมณ์ตั้งมั่นคงอย่างเดียวไม่แปรเปลี่ยน ถ้าเป็นการกำหนดลมหายใจเข้า-ออก (อานาปานัสสติ) จนเกิดนิมิต ขึ้นมาจากการตามลมหายใจเข้า-หายใจออก อารมณ์ก็มั่นคงอยู่ อย่างนั้น (จิตจับนิ่งอยู่กับอารมณ์นั้นเหมือนปลิงจับควาย) ไม่เห็นว่าลมนี้ขาดออกจากกัน ไม่มีความรู้ว่า การสืบต่อนี้ขาดออก จากกัน ทำนองเดียวกับโซ่ทั้งสาย เมื่อถูกถอดออกเป็นห่วงๆ หรือเชือกที่ทำจากเส้นใยมะพร้าว มาควั่นต่อกันเป็นเกลียวจน เป็นเชือกเส้นยาว ความจริงมันทำมาจากใยกาบมะพร้าวเส้นสั้นๆ เช่นเดียวกับสมาธิที่เกิดจากสมถภาวนา ท่านเรียก **ปพันธสมาธิ** เพราะตั้งอยู่มั่นคงตั้งอยู่สม่ำเสมอเกาะเกี่ยวอยู่ในอารมณ์เดียว วิปัสสนาไม่เกิด ถ้าปพันธสมาธิเกิดขึ้น วิปัสสนาไม่สามารถเกิดขึ้นได้

ฉะนั้น ผู้ปฏิบัติที่ยังยึดติดกับสมถนิมิต จึงไม่สามารถ มีวิปัสสนาญาณเกิดขึ้นได้ เพราะเคยชินและคุ้นเคยอยู่กับการตั้งมั่น อยู่กับอารมณ์เดียว คิดว่าอารมณ์ที่กำหนดอยู่นี้คงที่ อารมณ์ก็คงที่ สมาธิก็คงที่ ถ้าไม่ตั้งอยู่ในอารมณ์เช่นนี้ สมาธิย่อมเกิดไม่ได้

สำหรับวิปัสสนานั้น ถ้าแน่วแน่อยู่ในอารมณ์เดียว วิปัสสนาสมาธิไม่สามารถเกิดขึ้นได้ ถ้ากำหนดเพียงอารมณ์ใด อารมณ์หนึ่งซ้ำแล้วซ้ำเล่า เมื่อมุ่งเอาใจใส่กำหนดอยู่อย่างนี้ วิปัสสนาญาณไม่เกิด เป็นวิปัสสนาไม่ได้ เพราะอารมณ์เก่าๆ นั้นดับไปแล้ว เป็นบัญญัติ อารมณ์ใหม่ อันใหม่เป็นปรมัตถ์ เมื่อกำหนดอยู่แต่อารมณ์เก่าเช่นนี้ เป็นการกำหนดอยู่ที่บัญญัติ กำหนดซ้ำๆ อยู่ในอารมณ์เดิมเช่นนี้ วิปัสสนาญาณไม่เกิด การปฏิบัติไปไม่ถึงความก้าวหน้า ยังไปไม่ถึงหนทางแห่งการเจริญ วิปัสสนา

ทุกครั้งที่เห็น ทุกครั้งที่ได้ยิน ทุกครั้งที่ได้กลิ่น ทุกครั้ง ที่ลิ้มรส ทุกครั้งที่สัมผัสถูกต้อง ทุกครั้งที่เกิดความรู้สึกนึกคิด ทางทวารหก เป็นอารมณ์ใหม่ทั้งนั้น เห็นแว๊บเดียวก็ดับไป ขณะที่ เห็นนั้นเป็นจิตดวงใหม่ การเห็นเช่นนี้เป็นการเห็นโดยปรมัตถ์ อย่างแท้จริง (ปรมัตถธรรม คือธรรมมีอรรถยอดเยี่ยม)

ความจริงรูป-นาม กำหนดถึง ๒ ครั้งไม่ได้ กำหนดได้เพียง ครั้งเดียวเท่านั้น อารมณ์นั้นก็ดับไปแล้ว รูป-นามจะเกิดขึ้นได้ เพียงครั้งเดียวเท่านั้น ชั่วแว๊บเดียว เหมือนสายฟ้าแลบ เกิดขึ้น แป๊ปเดียว หลังจากนั้น แสงฟ้าแลบนี้จะหวนกลับมาสว่างแว๊บ อีกไม่ได้ ฟ้าแลบครั้งต่อไป ก็เป็นแสงอันใหม่ เป็นเช่นนี้ ฉันใด ในทำนองเดียวกัน รูป-นามที่เกิดขึ้นทางทวารทั้งหก เป็นของใหม่ ทั้งนั้น ขณะที่พูดอยู่นี้ เสียงก็เป็นอันใหม่ จิตที่คิดเรื่องที่กำลังพูด ก็เป็นอันใหม่ คนฟังอยู่ การได้ยินก็เป็น

จิตดวงใหม่ที่ได้ยิน มีแต่อันใหม่เท่านั้น ได้ยินแล้วก็ดับไป ดับไป กับดับไป เมื่อเป็นเช่นนี้ จึงมีแต่ของใหม่เท่านั้นเกิดขึ้น

เมื่อโยคีรู้ว่า อารมณ์ทั้งหลาย เกิดขึ้นทีละครั้งทีละครั้ง เช่นนี้แล้ว ก็จะสามารถเข้าไปสังเกตเห็นได้ว่า อารมณ์เหล่านั้นเกิด-ดับ เกิด-ดับ อยู่ตลอดเวลา เป็นอันว่า วิปัสสนาเกิดขึ้นแล้ว ส่วนปพันธสมาธิไม่ใช่วิปัสสนา วิปัสสนาสมาธิ คือ ขณิกสมาธิ ซึ่งเป็นสมาธิ ตั้งอยู่เพียงชั่วขณะเท่านั้น อุปมาเช่น "**พองหนอ**" จิตที่กำหนดอาการพองนี้ ตั้งอยู่เพียงขณะเดียวแล้วก็ดับไป "**ยุบหนอ**" ก็เช่นเดียวกัน กำหนดอารมณ์ได้ขณะเดียว จิตนั้นก็ ดับไป "**เมื่อยหนอ**" "**ปวดหนอ**" กำหนดอารมณ์ได้ครั้งเดียวแล้ว ดับไป คือ เห็นอาการนั้นอยู่ขณะเดียวก็ดับไป

เมื่อยครั้งต่อไป ก็กำหนดด้วยจิตดวงใหม่ เมื่อมีอารมณ์ เกิดขึ้นที่ไหนก็กำหนดได้ครั้งหนึ่ง สมาธิในการกำหนดนี้ ก็ตั้งอยู่ขณะหนึ่ง "**เจ็บหนอ**" กำหนดเจ็บครั้งแรก ก็กำหนดด้วยจิต ดวงแรกแล้วก็ดับไป จิตดวงใหม่เกิดขึ้นก็กำหนดเจ็บหนอ เป็นอารมณ์ใหม่ต่อไป กำหนดแล้ว ก็ดับไปอีก

จิตกำหนดอารมณ์ได้ทีละครั้งๆ แล้วดับไป หมดไป จิตที่หมั่นกำหนดอยู่เสมอนี้ ไม่ท่องเที่ยวออกไปไหนนี่เรียกว่า "**ขณิกสมาธิ**" ด้วยขณิกสมาธินี้เอง วิปัสสนาญาณ จึงนำส่ง จนกระทั่งได้บรรลุอริยมรรคญาณ มรรคสมาธิและผลสมาธิย่อม อุบัติขึ้นได้ ด้วยอานุภาพของขณิกสมาธิ วิปัสสนาญาณ ๑๖ (นาม-รูปปริเฉทญาณ ปัจจยัคคหญาณ

สัมมสนญาณ อุทยัพพยญาณ ภังคญาณ ภยญาณ อาทีนวญาณ นิพพิทาญาณ มุญจิตุกัมยตาญาณ ปฏิสังขารญาณ สังขารุเปกขาญาณ อนุโลมญาณ โคตรภูญาณ มรรคญาณ ผลญาณ ปัจจักเวกขณญาณ) มีการวิวัฒนาการ โดยลำดับเช่นนี้ (การปฏิบัติเช่นนี้ สำหรับโยคีผู้ตั้งใจปฏิบัติ และ มีบารมีจะใช้เวลาไม่ต่ำกว่า ๑๕ วัน แต่ไม่เกิน ๓ เดือน)

สมาธิมีลักษณะเป็นเช่นไร

อวิกเขปลักขณะ สมาธิมีลักษณะไม่ฟุ้งซ่าน **อวิสารลักขณะ** หรือมีลักษณะไม่ฟุ้งกระจาย ทั้งสองมีความต่างกัน เพียงโวหาร จะต่างกันบ้างก็เพียงเล็กน้อย แต่ความหมายเป็นอัน เดียวกัน ไม่ฟุ้งซ่าน อารมณ์เกิดขึ้นที่ใด ก็กำหนดที่นั้น กำหนด อารมณ์ครั้งหนึ่ง ก็ตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์นั้นครั้งหนึ่ง ส่วนสมถสมาธิ นั้น กำหนดอยู่แต่อารมณ์เดียวไม่ย้ายไปไหน เช่น กสิณ เป็นต้น ที่มีอารมณ์แคบตั้งมั่นในอารมณ์เดียวเท่านั้น

วิปัสสนาสมาธิ หมายถึง กำหนดอารมณ์ที่เกิดขึ้น อย่างฉับพลันทันทีทันใด อารมณ์เกิดที่ไหน ก็ต้องกำหนดที่นั้น ตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์ขณะหนึ่ง เช่น อาการพองเกิดขึ้น ก็กำหนด อาการพองนั้น จิตตั้งอยู่ในอาการพอง อาการยุบเกิดขึ้น ก็กำหนด อาการยุบนั้น จิตตั้งอยู่ในอาการยุบ จิตที่กำหนดก็เกิดขึ้นแล้ว กำหนดเห็นอาการพิจารณารู้อาการคู้แขนเข้ามาก็กำหนดอาการคู้ นั้น ตั้งมั่นอยู่ในอาการคู้นั้น เหยียดแขน

ออกไปก็กำหนดอาการ เหยียดนั้น ตั้งมั่นอาการเหยียดนั้น กำหนดเห็นอาการเหยียดนั้น พิจารณารู้อาการเหยียดนั้น แม้การเห็น การได้ยิน การได้ กลิ่นลิ้มรส สัมผัสถูกต้อง แม้ความรู้สึกนึกคิดอารมณ์เกิดขึ้น ณ ที่ใด ต้องตามไปกำหนด ณ ที่นั้น กำหนดแล้วจิตก็ตั้งมั่นในอารมณ์นั้นอย่างฉับพลันทันที สมาธินี้เรียกว่า **ขณิกสมาธิ**

ขณิกสมาธินี้ ในระยะเวลาที่เข้าปฏิบัติใหม่ๆ ยังไม่สามารถ เกิดขึ้นได้อย่างชัดเจน เพราะกำลังสมาธิยังอ่อนอยู่ ดังที่ได้กล่าวไว้ ข้างต้นว่า จิตนี้ไม่อยู่นิ่ง มักโลดแล่นฟุ้งซ่านไปทางโน้นทางนี้ ด้วยอำนาจของนิวรณ์ (๕ คือกามฉันทะ พยาบาท ถีนะมิทธะ อุทัจจะกุกกุจจะ วิจิกิจฉา) ต่อเมื่อโยคีหมั่นกำหนด นิวรณ์ก็จะค่อยๆ หมดไป จิตจะตั้งมั่นอยู่ภายในกาย เมื่อตั้งมั่นได้เช่นนี้แล้ว โยคีจะสามารถกำหนดอารมณ์ได้ เมื่อมาถึงจุดนี้แล้วกล่าวได้ว่า สมาธิมีกำลังขึ้นมาแล้ว คือกำหนดแล้วปล่อยไป กำหนดแล้ว ปล่อยไป กำหนดครั้งหนึ่ง ครั้งหนึ่งแล้วก็ผ่านไป อุปมาดังเช่น พุ่งหอกในดินอ่อนๆ หอกนั้นจะปักตรึงอยู่กับที่ทันที ไม่กระดอนหรือ แฉลบไปไหน หรืออุปมาดังเช่น กระสอบขนาดใหญ่ที่บรรจุของ มีน้ำหนักมากเหลือเกิน เมื่อทิ้งกระสอบข้าวลงพื้นดิน ย่อมจะตกอยู่ กับที่ไม่กลิ้งไปไหนเลย

อีกอย่างหนึ่ง มีเกมส์ที่เด็กชอบเล่นเกมส์อย่างหนึ่ง ถือเอา กาว (หรือแป้งเปียก) มาปั้นเป็นก้อนกลมๆ แล้ว ขว้างไปแปะติด กำแพง ขว้างครั้งหนึ่ง ก็แปะติดอยู่ตรงนั้นทีหนึ่ง ติดอยู่กับที่ไม่หลุด ไม่ห้อยแกว่งไปมา เช่นเดียวกับการกำหนดอารมณ์ในที่ต่างๆ เมื่อตามกำหนด

อย่างกระชั้นชิดแล้ว ก็สามารถกำหนดจับอารมณ์ ได้แม่นยำตามสภาวะของวิปัสสนา อย่างนี้จัดว่าเป็น **ขณิกสมาธิ**

ลักษณะของขณิกสมาธิ มีหลักให้จำสั้นๆ คือ **ไม่ฟุ้งกระจาย หมายจับ กระชับมั่น**

เมื่อความฟุ้งซ่านมากมายลดลง จิตไม่วอกแวกไปไหนอีก สามารถตามกำหนดอารมณ์ ได้อย่างใกล้ชิด แล้วเริ่มมีความตั้งมั่น (สมาธิ)ในอารมณ์ ด้วยเหตุนี้ โยคีเริ่มรับรู้ว่าสมาธิเกิดขึ้นแล้ว ถ้าสมาธิไม่เกิดขึ้นจะไม่รับรู้ประสบการณ์ของการมีสมาธิ เมื่อวิปัสสนาสมาธิไม่เกิดขึ้น สำหรับผู้เพ่งอารมณ์เดียวย่อมได้ "**ปพันธสมาธิ**"

ส่วนขณิกสมาธินั้น โยคีผู้เจริญวิปัสสนาสมาธินั้น ไม่สามารถได้มาด้วยการเพ่งดูอารมณ์เดียว เพราะขณิกสมาธิกำหนดครั้งหนึ่งก็เข้าไปเห็นครั้งหนึ่ง กำหนดครั้งหนึ่งก็เข้าไปเห็นครั้งหนึ่ง ขณิกสมาธิมีการทำงานแป๊ปเดียว สามารถจับอารมณ์ได้ทันที มีอำนาจในการกำหนดมากทีเดียว

สมาธิที่มีกำลังในวิปัสสนาสมาธินั้น เกิดขึ้นในลักษณะเช่นนี้ คือ มีอารมณ์เกิดครั้งใด ที่ไหน ก็กำหนดในครั้งนั้นที่นั้น อารมณ์เกิดขึ้นทางโน้นก็ไปกำหนดตรงโน้น อารมณ์เกิดขึ้นทางนี้ ก็กลับมากำหนดทางนี้ ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่ฟุ้งซ่านไปในอารมณ์ไหนอีก

เมื่อครั้งที่วิปัสสนาสมาธิ ยังไม่เกิดขึ้น กำหนดเห็นอารมณ์ได้ที่หนึ่งแล้ว อารมณ์อื่นก็เกิดเข้ามาแทรก ไม่อยากกำหนดอีกแล้ว หยุดทันที จิตก็ฟุ้งซ่านออกไปไม่ตั้งมั่นในอารมณ์ที่กำหนดอยู่ แต่ครั้นเมื่อ

ขณิกสมาธิเกิดขึ้นมา อารมณ์เกิดขึ้นที่ไหนก็กำหนด ไปที่นั้นได้อย่างฉับพลัน มีความแน่นอนไม่ผิดพลาด การเห็น อารมณ์ก็ชัดเจนดี

ขณิกสมาธิสามารถกำหนดอารมณ์ได้เป็นอย่างดีเช่นนี้ จำไว้อย่างย่อๆ ว่า "**ไม่ฟุ้งกระจาย หมายจับ กระชับมั่น**"

ต่อไป คือหน้าที่ของสมาธิ **จิตฺตเจตสิกานํ สมฺปิณฺฑนรโส** มีหน้าที่รวมจิตและเจตสิก เข้าด้วยกัน

โยคี เมื่อแรกเข้าปฏิบัติ ต้องคอยตามกำหนดอารมณ์ตรงโน้นทีหนึ่งตรงนี้ทีหนึ่ง จิตย่อมมีอาการฟุ้งกระจาย ไม่เป็นระเบียบ ต่อเมื่อมีสมาธิขึ้นมา จิตจึงสามารถรวมตัวกัน หยั่งเข้าถึงในอารมณ์ เห็นอารมณ์ที่เกิดขึ้นอย่างทะลุปรุโปร่งรู้แจ้งแทงตลอด จิตไม่ฟุ้งซ่าน ไปไหนอีก อุปมาเหมือนแป้งข้าวเจ้า ข้าวสาลี ตอนแรกเป็น ผงละเอียด เมื่อผสมกับน้ำก็รวมตัวกันเป็นแป้งเปียก ไม่ฟุ้งกระจาย ไปไหน ฉันใด ทำนองเดียวกันกิจหรือหน้าที่ของสมาธิก็มีหน้าที่รวม สัมปยุตตธรรม (จิตและเจตสิก) เข้าด้วยกันไม่ฟุ้งกระจายออกไป ฉันนั้น

จิตและเจตสิก เป็นสัมปยุตตธรรม (เกิดพร้อมกัน ดับ พร้อมกัน มีอารมณ์และวัตถุเดียวกัน) ไม่เพ่นพ่านไปทางโน้นที ทางนี้ที แต่กลับรวมตัวกันตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์หนึ่ง เปรียบ เหมือนไฟฉายที่ส่องออกไปสามารถขยายลำแสงให้กว้างได้ และปรับแสงแคบเข้ามาก็ได้ หน้าที่ของสมาธิ คือ รวมตัวเข้ามา เหมือนลำแสงไฟฉายที่รวบให้แคบเข้า ทำให้สามารถส่องมอง เห็นข้างหน้าได้อย่างชัดเจน หน้าที่ของสมาธิก็ฉันนั้น

รวมตัวกันแล้ว ทำให้มองเห็นอารมณ์ที่เกิดขึ้น เฉพาะหน้าได้อย่างชัดแจ้งทีเดียว

ในบัดนั้นเอง เมื่อสมาธิมีกำลังมาก ดุจดังลำแสงของไฟฉาย ที่ถูกปรับให้แคบเข้า จิตและเจตสิกจะไม่ฟุ้งออกไปสู่อารมณ์ ภายนอกอีกต่อไป โยคีสามารถกำหนดอารมณ์ได้โดยฉับพลัน ในทุกสถานที่ที่มีอารมณ์เกิดขึ้น สมาธิในขณะนี้มีกำลังดีมาก สามารถกำหนดได้ถึงสภาวะจริง ผู้ที่เคยพบประสบมาย่อมรู้ด้วย ตนเองว่าดีอย่างไร

ส่วนผู้ไม่เคยปฏิบัติ ไม่เคยพบมาก่อน ย่อมไม่สามารถรับรู้ได้ เพราะในการกำหนดแต่ละครั้งนั้น โยคีต้องมีการเล็งเป้าหมายก่อน แล้วจึงพุ่งสมาธิเข้าไปกำหนด ถ้าสมาธิดีๆจะสามารถจับอารมณ์ ที่เกิดขึ้นในทวารต่างๆ ได้อย่างแม่นยำทันที กำหนดอยู่ได้สม่ำเสมอ

ส่วนคนที่ยังไม่เคยมีสมาธิในการกำหนด อาจจะบอกว่า การกำหนดนั้นจะต้องเป็นรูปร่าง สัณฐานของสิ่งที่กำหนดเสียก่อน จึงจะกำหนดได้ ผู้ที่ยังไม่เคยบรรลุถึงจุดที่มีสมาธิจริงๆ จะไม่รู้ ต่อเมื่อปฏิบัติไปจนมีสมาธิดีๆ เกิดขึ้นมาแล้ว จึงจะ เข้าใจได้ดีขึ้น จิตไม่ท่องเที่ยวไปไหนมาไหนอีกต่อไป ขณะที่สมาธิยังอ่อนอยู่ จิตจะคอยสืบสาวจินตนาการไปไกล เช่นเมื่อเห็น ภาพ(รูป) อะไรขึ้นมา ก็ต้องเข้าไปดูว่านี้ คือ อะไร ได้ยินเสียงขึ้นมา ก็ต้องเงี่ยหูฟังว่านี่เสียงอะไร เสียงของใคร เป็นต้น จิตจะคอย เสาะแสวงหาดูรูปพรรณสัณฐาน หรือวิเคราะห์วิจัยที่กำลังเห็นอยู่ ทำให้สมาธิรั่วไหลออกไปหมด

ถ้าจิตไม่ท่องเที่ยวออกไปหาอารมณ์ภายนอก ก็จะสามารถกำหนดอารมณ์ได้อย่างแม่นยำ กำหนดดิ่งลงไปในอารมณ์นั้นๆ นี่แหละคือ กิจหรือหน้าที่ของสมาธิ เกาะกลุ่มรวมตัว เข้าหากัน **สมฺปยุตฺตานํ จิตฺตเจตสิกานํ สมฺปิณฺฑนรโส** จิตและเจตสิกที่เป็น สัมปยุตตธรรม เกาะกุมรวมตัวเข้าด้วยกัน คือ **หน้าที่ของสมาธิ**

“จิตและเจตสิกรวมตัวเข้าหากัน ผันเข้าสู่อารมณ์หนึ่ง”

อุปสมปจฺจุปฏฺฐาโน มีความสงบเป็นผลปรากฏ โยคีรู้ได้ โดยสภาวะของญาณ **จิตฺตฐิติ ปจฺจุปฏฺฐาโน** มีจิตตั้งมั่นเป็นผล ปรากฏนี่เป็นคำอธิบายของอรรถกถา โยคีเห็นได้โดยสภาวะ ดุจดังลมสงบลง เปลวไฟของตะเกียงก็พลอยนิ่งไปด้วย ปพันธสมาธิ (ฌานสมาธิ) ก็เช่นเดียวกัน ตั้งมั่นอยู่แต่ในอารมณ์ กำหนดอยู่แต่ใน อารมณ์เดียว เช่น ปฐวี ปฐวี เป็นต้น

อารมณ์ต่างๆที่เกิดขึ้นทางทวารทั้งหก การกำหนด ก็เปลี่ยนไปตามอารมณ์ที่ปรากฏนั้น แต่สมาธิมั่นคงอยู่ คงที่อยู่ กำหนดแต่ละครั้งสามารถพุ่งสมาธิเข้าสู่เป้าได้อย่างถูกต้อง ครั้งแรก ของสมาธิไม่แตกต่างกัน มีความมั่นคง คงที่ทุกครั้งที่กำหนด สมาธิที่มั่นคงอยู่เสมอนี้คือ จิตที่ตั้งมั่นเป็นปัจจุปัฏฐานะ เมื่อจิตตั้งมั่นแล้วจะมีความสงบเกิดขึ้นโดยธรรมชาติ โยคีรู้ได้ด้วย ตนเอง โดยเห็นอยู่ในญาณสภาวะ คำว่า อุปสมปัจจุปัฏฐานะ มีความสงบเป็นสภาวะปรากฏนี้ คำที่ท่านกล่าวไว้ในอรรถกถา เมื่อถอดความหมายให้เข้าใจจำง่ายว่า

“ใสสงบอยู่ในนั้น อย่างมั่นคง และตราตรึง”

อุปมาดังเมื่อลมสงบก็จะแน่นิ่ง และนิ่งลงนิ่งลง โยคีรู้ได้ด้วยตนเองโดยสภาวะ

ใสสงบอยู่ในนั้น อย่างมั่นคงและตราตรึง
ธรรมะอันน่าทึ่ง ลึกซึ้งแท้นี่แล "สมาธิ"

นี่เรียกว่า **สมาธิสัมโพชฌงค์** ซึ่งได้มาโดยการกำหนด มีสภาวะลักษณะ คือ ไม่ฟุ้งซ่านออกไปภายนอก มุ่งแต่อารมณ์ ที่เกิดขึ้น กำหนดไปเฉพาะอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งเพียงแห่งเดียว เกาะติดอารมณ์ที่เกิดขึ้นในครั้งหนึ่งๆ มีรส คือ หน้าที่รวมจิต และเจตสิกเข้าหากันผันสู่อารมณ์หนึ่งๆนี่คือ **กิจของสมาธิ**

ต่อไปคือ **ปัจจุปัฏฐาน** อุปมาดังลมที่สงบเปลวไฟของ ตะเกียงก็พลอยนิ่งไปด้วย เมื่อสมาธิเกิดจิตสงบนิ่งไม่ท่องเที่ยว ออกไปหาอารมณ์ภายนอกอีก **"ใสสงบนิ่งในนั้น อย่างมั่นคง และตราตรึง"** โยคีรู้ประจักษ์ชัดด้วยตนเองโดยสภาวะนี้

คำอธิบายเกี่ยวกับสภาวะลักษณ์รสปัจจุปัฏฐาน ก็ครบถ้วนสมบูรณ์ สมาธิสัมโพชฌงค์ มีความหมายเป็นอย่างนี้ เกิดขึ้นชัดเจนที่อุทยัพพยญาณ ก่อนหน้านี้ก็เกิดขึ้นมาแล้วโดย เริ่มตั้งแต่ วิปัสสนาญาณที่หนึ่ง คือ นามรูปปริเฉทญาณ

นิวรณ์เพิ่งสงบไป ถ้านิวรณ์ยังไม่สงบ สมาธิที่ดีจะไม่ สามารถเกิดขึ้นได้ โยคีเพิ่งเริ่มกำหนดใหม่ๆ มีนิวรณ์มาก จิตท่องเที่ยว เพ่นพ่านออกไปหาอารมณ์ภายนอกทางโน้นทีทางนี้ที ซึ่งต้องคอยออกแรงตามกำหนดอยู่ตลอดเวลา ตราบใดที่ยังคอย วิ่งตามกำหนดอารมณ์ที่

ฟุ้งกระจายอยู่นั้น สมาธิที่มีกำลังน้อย ย่อมไม่สามารถพัฒนาให้มีกำลังขึ้นมาได้ภายหลัง เมื่อสมาธิค่อยๆ ดีขึ้นโดยลำดับแล้ว จิตไม่ท่องเที่ยวออกไปภายนอกต่อไปอีก จิตเริ่มตั้งมั่นขึ้นมาเป็นวิปัสสนาจิต จิตอันแรกกำหนด จิตดวงต่อไป ก็กำหนด มีแต่จิตที่กำหนดเท่านั้น **ไม่ว่าจะกำหนดอารมณ์ใด จิตมีแต่สงบอย่างเดียว จิตที่ท่องเที่ยวไปไม่มีต่อไปแล้ว**

ณ จุดนี้ โยคีเริ่มแยกออกได้ระหว่างรูปกับนามว่า รูป-นามนี้แยกกัน รูปก็อันหนึ่ง นามก็อันหนึ่ง เกิดกันคนละที เมื่อจิตติวิสุทธิเกิดแล้ว ทิฏฐิวิสุทธิจึงเกิดขึ้นตามมา เมื่อทิฏฐิวิสุทธิเกิดขึ้นแล้ว วิปัสสนาญาณก็จะวิวัฒนาการขึ้นตามลำดับ จนกระทั่งบรรลุถึง ภังคญาณ

ดังนั้น ในคัมภีร์ปฏิสัมภิทามรรค (หน้า ๑๗๘ มจร.) พระสารีบุตรจึงกล่าวว่า **วยลกฺขณุปฏฺฐาเนกตฺตํ วิปสฺสกานํ** ความที่จิตตั้งมั่นมีอารมณ์เดียวในความปรากฏแห่งลักษณะความ เสื่อมดับไป เป็นจิตของโยคีผู้เจริญวิปัสสนา ในอรรถกถาอธิบายว่า **วิปสฺสกานนฺติ ภงฺคานุปสฺสนโต ปฏฺฐาย ตีหิ อนุปสฺสนาหิ สงฺขาเร วิปสฺสนฺตานํ บทว่า วิปสฺสกานํ** หมายถึง ของโยคีผู้เห็น แจ้งสังขารด้วยอนุปัสสนา ๓ ประการ (อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา) ตั้งแต่ภังคานุปัสสนา ปัญญาพิจารณาเห็นความดับสังขาร เป็นต้น ไป

ตามหลักฐานดังกล่าวนี้ **วยลักขณุปัฏฐาเนกัตตะ** จึงเป็น เอกัตตะของวิปัสสนาโยคี เพราะในการกำหนดทุกครั้งของโยคี จิตนี้จะไม่มีอารมณ์อื่นแปลกปลอมเข้ามาปะปน อันได้แก่ กิเลส มีราคะ โทสะ

โมหะ เป็นต้น แต่จะตั้งมั่นอยู่ในการกำหนดอารมณ์ นั้นๆ เห็นลักษณะที่ดับไป กำหนดครั้งใด ครั้งใด ก็เห็นแต่อาการดับ ไป ดับไป เสื่อมไป สลายไป เหมือนฟองน้ำพยับแดด

เมื่อโยคีเห็นอยู่เสมอๆ กำหนดครั้งหนึ่งก็ดับไปครั้งหนึ่ง กำหนดอีกก็ดับอีก เห็นแต่ดับไปติดต่อกันตลอดไป ครั้งแรกก็ดับ ครั้งหลังก็ดับติดต่อกันไป จิตที่กำหนดก็ดับไปด้วย กำหนดอารมณ์ ที่เกิดแล้วดับไปทันที เช่นตัวอย่าง เมื่อกำหนดว่า "**พองหนอ**" อาการพองก็ดับไป ไม่ใช่เฉพาะอาการพองเท่านั้นดับไป แม้จิตที่ กำหนดก็ดับไปด้วย เมื่อกำหนดว่า "**ยุบหนอ**" ไม่ใช่เฉพาะ อาการยุบที่ดับไป จิตที่กำหนดก็ดับไปด้วย กำหนดว่า "**เจ็บหนอ**" ทั้งอาการเจ็บและจิตที่กำหนดอาการเจ็บก็ดับไปด้วย มือ-เท้าที่ เคลื่อนไหว กำหนดแล้วอาการเคลื่อนไหวก็ดับไป จิตที่กำหนด ก็ดับไปทันที ไม่สามารถตั้งอยู่ได้นาน แม้แต่ขณะเดียว

บุคคลผู้ไม่ได้ปฏิบัติวิปัสสนา ย่อมสำคัญผิดคิดว่า เที่ยง เป็นความสุข เป็นของดี แต่ว่า โดยความเป็นจริงแล้ว เกิดแล้วดับไป ในขณะนั้นทันที หาความสุขใดๆ มิได้เลย ไม่มีสาระ แก่นสารอะไร ไม่สามารถยึดเป็นที่พึ่งได้ เมื่อโยคีพบแต่อาการเกิดแล้วดับไปทันที ภายในขณะเดียว จึงรู้ว่าไม่มีสัตว์ ไม่มีบุคคล ตัวตน เรา เขา มีแต่ สภาวะธรรมที่เป็นไปเองตามธรรมชาติเท่านั้น เมื่อโยคีเข้าใจ ได้ดังนี้แล้ว ความรู้นี้เรียกว่า **อนัตตานุปัสสนา** ปัญญาหยั่งเห็น ความเป็นอนัตตา เป็นการหยั่งเห็นโดยญาณสภาวะ

ขอเพียงให้มีสมาธิ อย่างดีเกิดขึ้นเท่านั้น เมื่อเกิดขึ้นแล้ว ย่อมตั้งอยู่ในกายตน กำหนดไปในที่ต่างๆ ได้ กำหนดไปทีละอย่าง ทีละอย่าง กำหนดไปทีละส่วนทีละส่วน จนกว่าจะแยกได้ว่า อะไรเป็นรูป อะไรเป็นนาม เมื่อรูปนามเกิดขึ้นจากทวารทั้งหก ก็กำหนดไปตามนั้น (ในแนวปฏิบัติสายนี้) แรกเริ่ม คือ ให้กำหนด อาการพอง-อาการยุบของท้อง เมื่อครั้งที่สมาธิยังไม่เกิดขึ้นนั้น เป็นไปไม่ได้ที่โยคีจะรู้ถึงรูป-นามที่ปรากฏทางทวารทั้งหก ภายหลัง เมื่อมีสมาธิเกิดขึ้นมาแล้ว กำหนดทีไรทีไรก็เห็นว่า รูปกับนามนี้ แยกออกจากกัน คือ โยคีสามารถแยกออกได้อย่างชัดเจนทีเดียว

ไม่เพียงแต่เห็นว่า รูป-นามนี้แยกออกจากกัน หากยังเห็น ต่อไปอีกด้วยว่า รูป-นามนี้ มีอาการเกิด-ดับอยู่ตลอดเวลาทันที ที่รู้ว่ามีรูป-นามเกิดขึ้น พอโยคีกำหนดปุ๊ปรูปนามก็ดับไป ในพริบตาเดียว เมื่อกำหนดอาการต่อไป ก็เป็นอย่างเดียวกัน ไม่ว่าจะกำหนด ณ ที่ตรงไหนอารมณ์ใดก็ตาม ล้วนตกอยู่ในอาการ ดับไปอย่างเดียว แม้จะกำหนดวิปัสสนามาเป็นเวลานาน พอสมควร ก็จะเห็นเช่นนี้ ไม่ใช่แต่อาการพอง-ยุบดับไปอย่างเดียว แม้แต่อาการถูกต้องสัมผัส การเห็น การได้ยิน จิตที่นึกคิด เมื่อกำหนดไปตามที่เกิดขึ้นนั้น ที่ไหนมีอารมณ์เกิดขึ้นก็ไป กำหนด ณ ที่ตรงนั้น เมื่อกำหนดแล้วก็เห็นแต่อาการดับไป เห็นอยู่อย่างนี้ ไปทั่วทุกส่วนที่มีการรับรู้

ด้วยเหตุนี้ บุคคลผู้มีสมาธิเกิดขึ้นจริงๆ จะเกิดความรู้เห็น ตามความเป็นจริงตามพระบาลี ว่า **สมาหิโต ภิกฺขเว ยถาภูตํ ปชานาติ ภิกษุ**

ทั้งหลาย ภิกษุผู้มีจิตตั้งมั่นเป็นสมาธิ ย่อม รู้ตามความเป็นจริง คือ เกิดญาณหยั่งรู้ธรรมชาติของรูปนาม ตามความจริง เรียกได้ว่า สมาธิสัมโพชฌงค์เกิดแล้ว ขณะที่ สมาธิสัมโพชฌงค์เกิดนั้น ปัญญาย่อมเกิดขึ้นด้วยศีล สมาธิ ปัญญา สมาธิเป็นข้อที่อยู่ตรงกลาง เมื่อสมาธิสัมโพชฌงค์เกิดขึ้น อย่างสมบูรณ์แล้ว ปัญญาย่อมเกิดขึ้นในที่สุด ปัญญานี้ได้แสดงธรรม ไปแล้ว อันได้แก่ ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ เป็นโพชฌงค์ลำดับที่สอง ต่อจากสติสัมโพชฌงค์

สมาธิสัมโพชฌงค์นี้ พระพุทธองค์ทรงแสดงถึงมูลเหตุไว ้ดังพระบาลีต่อไปนี้

ยถา จ อนุปฺปนฺนสฺส สมาธิสมฺโพชฺฌงฺคสฺส อุปฺปาโท โหติ ตญฺจ ปชานาติ ความเกิดขึ้นของสมาธิสัมโพชฌงค์ ที่ยังไม่เกิดขึ้น ย่อมมีโดยประการใด โยคีย่อมรู้ประการนั้น

ผู้ปฏิบัติควรรู้ถึงมูลเหตุ ที่จะทำให้สมาธิสัมโพชฌงค์เกิดขึ้น มูลเหตุนั้นได้แก่อะไร? มูลเหตุนั้นมีสมถะนิมิต เป็นต้น ซึ่งเกิดมา จากสมาธินิมิต สมาธินิมิตนี้ ถ้ามีการวางแผนการปฏิบัติอย่าง ถูกแบบถูกวิธี จึงจะเกิดสมาธินิมิต สมาธินิมิต หมายถึง อารมณ์ที่ เกิดจากการเพ่ง เมื่อปฏิบัติสมถะกัมมัฏฐาน เมื่อเพ่งกำหนด จนชำนาญแล้ว ย่อมมีสมาธิเกิดขึ้น ในทำนองเดียวกันสมาธิ สัมโพชฌงค์ก็ฉันนั้น

โยคีผู้กำหนดตามแนววิปัสสนา ย่อมได้วิปัสสนาสมาธิ หมายถึง โยคีต้องเข้าใจถึงวิธีปฏิบัติ หรือเจริญวิปัสสนาอย่าง ถูกต้องจริงๆ เมื่อ

ตั้งใจกำหนดจริงๆ จังๆ แล้ว วิปัสสนาสมาธิ ย่อมเกิดขึ้นได้ วิปัสสนาจารย์ทั้งหลาย จึงแนะนำสอนไว้ว่า อารมณ์เกิด ณ ที่ใด ก็ให้กำหนดไปยังที่นั่น แม้แต่จิตที่ฟุ้งซ่าน ท่องเที่ยวไปไกลก็ต้องกำหนด เมื่อขยันกำหนดซ้ำๆ ติดต่อกัน ไม่ขาดสาย จิตที่ท่องเที่ยวออกไปนี้ ก็จะหวนกลับมาเอง กำหนดอยู่ ที่หลักของภาวนาอย่างเดียว ในเวลานั้น จิตก็จะสงบตั้งมั่นเป็น ขณิกสมาธิ

พระอรรถกถาจารย์ ได้แสดงเหตุเกิดของสมาธิสัมโพชฌงค์ไว้ ๑๑ ประการ อาจารย์ได้เขียนเป็นบทร้อยกรองไว้ดังนี้

วัตถุผ่องใส อินทรีย์ไม่เหลื่อม เอื้อมทันนิมิต นี้เป็นเหตุ ๓ ประการ วัตถุต้องสะอาด ผ่องใส ต่อไปก็อินทรีย์ คือ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา มีความเสมอกันไม่เหลื่อมไปข้างใด ข้างหนึ่ง เอื้อมทันนิมิต คือ นิมิตของกุศลสมาธิ สามประการนี้ พูดให้พร้อมๆ กันสามครั้ง

"**วัตถุผ่องใส อินทรีย์ไม่เหลื่อม เอื้อมทันนิมิต**"

วัตถุวิสทะ การทำวัตถุให้สะอาดผ่องใส ได้อธิบายไว้ ครั้งหนึ่งในเทศนาเรื่อง "ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์" วัตถุนี้ หมายถึง ร่างกายโยคีต้องรักษาความสะอาด สำหรับโยคีผู้เป็นพระ เล็บมือ-เท้าอย่าปล่อยยาวควรตัดทิ้งในเวลาอันควร ศรีษะก็ต้องรักษาให้ สะอาด ด้วยปลงผมสระศรีษะ เสื้อผ้าหรือจีวร เครื่องนอนเครื่องใช้ อะไรต่างๆ เมื่อสกปรกและหมักหมม ต้องนำออกซักล้าง ห้องนอน ที่พักอาศัย ต้องหมั่นปัดกวาดทำความสะอาดให้เกลี้ยงเกลาผ่องใส ที่นอนหมอนมุ้ง เสื่อสาดต้องรักษาความสะอาด นี้คือ ความหมาย **วัตถุผ่องใสสะอาด**

ถ้าโยคีเข้ากัมมัฏฐานปฏิบัติธรรมแล้ว สภาวะธรรมไม่มี ความก้าวหน้า ก็ให้หันมาชำระตัวเอง ตลอดวัตถุสิ่งของรอบกาย ที่ใช้อยู่ในชีวิตประจำวัน เมื่อวัตถุสะอาด จิตใจก็ผ่องใส สมาธิ และญาณย่อมเกิดขึ้น ฉะนั้น โยคีควรชำระร่างกายและวัตถุเครื่องใช้ ให้สะอาด อุปมาดัง ตะเกียง ที่ใช้น้ำมัน คนยุคใหม่สมัยนี้ คงไม่เคยเห็นตะเกียงที่ใช้น้ำมัน เพราะสมัยนี้หมดยุคใช้ตะเกียง น้ำมันแล้ว มีแต่ไฟฟ้า ไฟฉาย ตะเกียงน้ำมันนี้ เต้าที่ใส่น้ำมันก็ดี น้ำมันที่เติมในตะเกียงก็ดี ถ้าเก่านานเกินไป ก็สกปรก ไม่ใช่ว่า ไม่เคยล้าง แต่เป็นเพราะฝุ่นละอองในอากาศตกลงในน้ำมัน แล้วจับอยู่ตามปากเต้าที่ใส่น้ำมัน ทำให้เขรอะ ไส้ตะเกียงก็เก่า เวลาจุดไฟแสงไฟจากตะเกียง ก็สะหลัวมัวๆ ส่องแสงไม่สว่างจ้า เพื่อให้คนยุคใหม่ได้เข้าใจ จึงอุปมาถึงจิต ถ้าสกปรกหมักหมม ไปด้วยกิเลส แสงก็ไม่ส่องสว่าง ฉันใด ในทำนองเดียวกัน ถ้าเราล้างเต้าตะเกียงให้สะอาด ใส่น้ำมันใหม่ลงไป เปลี่ยนไส้ใหม่ เมื่อจุดตะเกียงแล้ว แสงไฟย่อมสว่างเจิดจ้า หลอดไฟฟ้าก็ เช่นกัน ถ้าหลอดไฟมันเก่าคร่ำคร่า ก็ถอดออกมาเปลี่ยนเอาหลอดใหม่เข้าไปใส่แทน แสงไฟก็จะสว่างเจิดจ้า

สมาธิก็เช่นเดียวกัน เมื่อสมาธิไม่เกิด ญาณก็ไม่เกิด สมาธิไม่เกิดแล้วควรจะทำอย่างไร ให้โยคีสรงน้ำอาบน้ำชำระ ร่างกายให้สะอาด เครื่องนุ่งห่มเสนาสนะทุกอย่าง ซักล้าง จัดการทำ ความสะอาดให้ดูใหม่ทั้งหมด เมื่อวัตถุสะอาดแล้ว จิตใจก็ผ่องใส เช่นเดียวกับ

ตะเกียงที่สะอาด ย่อมส่องแสงสว่างไปได้ไกล ถ้า ร่างกายสะอาด จะมีผลทำให้เกิดสมาธิญาณขึ้นได้ แต่ก็พอช่วย ได้บ้างเพียงเล็กน้อย ข้อนี้เป็นเหตุซึ่งทำให้เกิดสมาธิได้ประการหนึ่ง

อินฺทฺริยสมตฺตปฏิปาทนตา การปรับอินทรีย์ ๕ ให้ เสมอกัน อินทรีย์ตัวใดตัวหนึ่ง ล้ำหน้ามากออกไป ถ้ามีมากเกินไป การปฏิบัติจะไม่ได้ผล ต้องแต่งอินทรีย์ให้เสมอกัน อุปมาเหมือนคน ๔ คน ช่วยกันยกของหนักขึ้นจากพื้น ถ้าคนใดคนหนึ่งยกขึ้นก่อน อีกสามคนก็จะยกไม่ได้ เพราะน้ำหนักเทลงมามากเกินไป ถ้ายกขึ้น พร้อมๆ กัน จึงจะเป็นไปได้อย่างราบเรียบ

อินทรีย์ทั้ง ๕ คือ สัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา ต้องรักษา และปรับให้เสมอกัน ถ้ามีสัทธามากเกินไป การปฏิบัติก็ไม่ก้าวหน้า สมาธิญาณไม่เกิดขึ้น บางคนก็มีวิริยะมากเกินไป ขยันปฏิบัติ เหลือเกิน ด้วยวิริยะที่มากล้นจึงทำให้จิตฟุ้งซ่าน การปฏิบัติก็ไม่ ก้าวหน้า

บางคนมีสมาธิมากเกินไป การปฏิบัติก็ไม่ได้ผล บางคน มีปัญญามากเกินไป ปัญญานี้ ถ้าไม่ใช่วิปัสสนาปัญญา แต่เป็น ปัญญาในแบบคิดค้น วิเคราะห์ วิจารณ์ ไปตามความรู้เดิม ที่ได้ศึกษาเล่าเรียนมาพิจารณาเรื่องโน้นทีเรื่องนี้ที การปฏิบัติก็ไม่ ก้าวหน้า นี่คือ ปัญญามากเกิน (ความจริงปัญญาที่ได้เล่าเรียนมาทาง ปริยัตินั้น พระวิปัสสนาจารย์จะบอกศิษย์โยคี ให้เก็บวางไว้ก่อน ให้ตั้งใจกำหนดไปตามตารางการปฏิบัติ และเมื่อปฏิบัติไปๆ ปัญญาในทางปริยัตินั่นแหละ จะเป็นพยาน

ยืนยันผลการปฏิบัติ ให้แก่พระโยคี) ไม่ควรให้เกิดมี สัทธา ความเชื่อ ต้องปรับให้เสมอ สมดุลกับปัญญา สัทธาอย่าให้มากเกินไป และปัญญา ก็อย่าให้น้อย เกินไป ปัญญาอย่าให้มากเกินไป สัทธากับปัญญานี้ต้อง ปรับให้ เสมอกัน ถ้าไม่เสมอกันต้องแก้ไข

สมาธิกับวิริยะ ก็เช่นกัน ถ้าสมาธิมากเกินไปก็จะอ่อนในการ ปฏิบัติ ถ้าวิริยะมากเกินไป สมาธิก็ไม่เกิด ฉะนั้น ต้องคอยรักษาไว้ อย่าให้ขาดอย่าให้เกิน พระโสณเถระ ท่านโหมวิริยะมาก เกินไปในการ ปฏิบัติ ส่วนพระอานนท์เล่าก็เดินจงกรมตลอดทั้งคืน ด้วยวิริยะที่มี มากเกินไป ต้องผ่อนวิริยะให้เบาลง เมื่ออินทรีย์ เสมอกัน ก็จะก้าวสู่ ธรรมะขึ้นไปได้ ข้อสำคัญอย่างยิ่ง คือ สัทธากับ ปัญญา วิริยะกับสมาธิ ต้องปรับให้เสมอกัน อย่าให้ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง มากเกินไป คือ หนักข้าง เดียวให้ลดส่วนที่เกินออกเสีย ส่วนสตินั้น มีมากเท่าไรยิ่งดีเพราะเป็น อุปการะแกโยคี ต้องระลึกไว้ในใจว่า เราต้องกล้าหาญใจสู้ แล้วปฏิบัติ ให้เข้มข้นยิ่งขึ้นไป สมาธิก็สามารถ ก้าวหน้าขึ้นมาได้

เอื้อมทันนิมิต หรือฉลาดในนิมิต นี้ ต้องทำความเข้าใจ ก่อนว่า สมาธิจะเกิดขึ้นได้ โยคีต้องฉลาดในการเข้าสู่อารมณ์ของ นิมิต ในข้อนี้ ถ้าพูดถึงสมถนิมิต โยคีต้องกำหนดไปตามวิธีของ สมถะกัมมัฏฐาน เมื่อ ปฏิบัติไปจนเกิดวสีมีความชำนาญแล้ว สมาธิ ก็จะมีกำลังขึ้นมาได้ แต่ ถ้าไม่สามารถเข้าสู่สมถะนิมิตได้ ก็หันมา กำหนดตามวิธีของวิปัสสนา กัมมัฏฐาน เมื่อเพียรกำหนดไป กำหนดไปสมาธิก็เกิดขึ้นได้เช่นกัน

"วัตถุผ่องใส อินทรีย์ไม่เหลื่อม เอื้อมทันนิมิต"

นี้เป็นเหตุสามประการที่ทำให้เกิด สมาธิสัมโพชฌงค์ ต่อไป เหตุอีกสามประการที่ทำให้สมาธิสัมโพชฌงค์เกิด คือ

"ข่มเมื่อควรข่ม ประคองเมื่อควรประคอง
เร้าใจให้ร่าเริง เมื่อควรเร้าใจให้ร่าเริง"

บางครั้งเมื่อการปฏิบัติได้ผลดีขึ้นมา เกิดความลำพองใจ ดีใจมากต่อผลการปฏิบัติของตนเอง ในกรณีเช่นนี้ ต้องคอยข่มจิต เข้าไว้ไม่ให้ยินดีพอใจจนเกินไป บางครั้งโยคีก็มีวิริยะอย่างยิ่ง ในการปฏิบัติเป็นวิริยะที่มากล้นก็ต้องข่มวิริยะลงให้ได้ ถ้าข่มไม่ลง ก็คงไม่เป็นผลดีต่อการปฏิบัติของตนเอง ไม่ใช่เพียงแค่การปฏิบัติ ไม่ก้าวหน้าเท่านั้นแต่กลับกลายเป็นการทำลายการปฏิบัติของ ตนเองด้วยซ้ำไป

ฉะนั้น พระวิปัสสนาจารย์ จึงแนะนำให้โยคีข่มไว้โดยเทศนาสั่งสอน ถ้าพระอาจารย์ขืนไป ยกย่องสรรเสริญเข้าเป็นอันจบแห่กันเพราะคนกำลังมีจิตเฟื่อง ไปยกย่องซ้ำเข้าไปอีก เลยอาจทำให้ กลับหัวลงล่าง ลูกศิษย์จะยกตัวขึ้นเป็นอาจารย์ แล้วลดอาจารย์ ให้ลงมาเป็นศิษย์เสียนี่ บุคคลผู้กำลังใจลิงโลดอยู่นี้ ไปยกย่องไม่ได้ ต้องให้ข่มจิตลงไป ข่มอย่างไร? ข่มโดยการทำให้ ปัสสัทธิ-สัมโพชฌงค์ สมาธิสัมโพชฌงค์เกิดขึ้น เจริญขึ้น เมื่อปัสสัทธิ และสมาธิสัมโพชฌงค์เกิดขึ้น พลอยให้อุเบกขาสัมโพชฌงค์เกิดขึ้น ไปด้วย

อนึ่ง เมื่อจิตเฟื่องฟูลอยล่องอยู่นี้ โยคีอย่าพยายาม จินตนาการคาดหวังไปข้างหน้าว่า เราจะได้ฌาน อภิญญา หวังว่า เราจะได้บรรลุ

มรรคผลนิพพาน ให้โยคีพยายามกำหนดไปตามปกติ พอดี พอดี อย่าให้ผิดพลาด อย่าให้มีอะไรหลุดรอดออกไปจากการ กำหนดได้ จิตจะมีความเป็นกลางต่ออารมณ์ นี่เรียกว่า อุเบกขา-สัมโพชฌงค์ ในเวลานั้นพอสมาธิสัมโพชฌงค์เกิดขึ้น จิตก็จะสงบลง มีความมั่นคง ในเวลานั้น พอหมดอารมณ์ที่เกิดขึ้นในที่ต่างๆ จิตนี้แคบเข้ามา และมั่นคงอยู่กับการกำหนดอารมณ์นั้นๆ อยู่กับ อารมณ์ใดอารมณ์หนึ่ง อารมณ์ก็น้อยลง วิปัสสนาจารย์สามารถ แนะนำ สอนให้โยคีข่มจิตลงมา เพื่อให้สมาธิกลับคืนสู่ปกติตามที่เกิด ขึ้น

สำหรับการข่มจิตนี้ไม่ยาก เพียงแค่ทำให้อ่อนกำลังลง ก็ใช้ได้แล้ว เพราะเมื่อโยคีข่มจิตที่เฟื่องฟูลงได้แล้ว สมาธิก็จะเกิดขึ้น สมาธิเกิดขึ้นแล้วญาณก็เกิด วิปัสสนาญาณจะมีการวิวัฒนาการ ก้าวหน้าขึ้นไปตามลำดับ ฉะนั้น จึงต้องข่มจิตในสมัยที่ควรข่ม

บางครั้งขณะที่โยคีปฏิบัติอยู่ กำลังใจเกิดตกลง การปฏิบัติไม่รุดหน้า จิตใจถดถอยลง ซึ่งโยคีบางคนเป็นเอามากๆ ถึงขนาดไม่ อยากปฏิบัติต่อไปอีก อยากออกจากสำนักปฏิบัติธรรมเสียให้ได้ หมดกำลังใจที่จะปฏิบัติต่อไป

ในกรณีเช่นนี้โยคีต้องประคองจิตยกจิตขึ้น ประคองจิต อย่างไร? คือ ส่งเสริมสนับสนุน ให้วิริยะสัมโพชพงค์เกิด การจะทำ ให้วิริยะสัมโพชฌงค์เกิด จำต้องใส่ใจให้ได้ว่า เหตุเกิดวิริยะ-สัมโพชฌงค์มีอะไรบ้าง (ดูวิริยะสัมโพชฌงค์) ต้องให้กำลังใจผลักดัน ให้วิริยะสัมโพชฌงค์

เกิดขึ้นให้ได้ แต่การจะชักจูงให้วิริยะเกิดขึ้นนี้ ค่อนข้างยาก เพราะวิริยะที่ถดถอยลงไปแล้ว จะทำให้กลับมีแรง ขึ้นมานั้นทำได้ยาก แต่ถ้าเป็นการข่มให้ลดน้อยลงสามารถตัด กำลังได้ง่ายกว่า ในทางฝ่ายโลกก็ทำแบบนี้ เช่น ในการยกของหนัก ลงจากที่สูงนั่นทำง่าย แต่ถ้ายกของหนักจากที่ต่ำขึ้นสู่ที่สูงนั้น ทำยาก ของที่มีมากเกินไปนั้น ทำให้น้อยลงได้เป็นของง่าย สิ่งที่ มีน้อยเกินไปทำให้เพิ่มขึ้นนั้นค่อนข้างยากอยู่แต่ก็ไม่เกินความ สามารถถ้ามีความเพียร

สมาธิสัมโพชฌงค์นี้ต้องจำใส่ใจขึ้นใจว่า เหตุที่ทำให้เกิด มีอะไรบ้าง กัมมัฏฐานาจาริยะ ต้องคอยให้กำลังใจโยคี โดยการ เทศนาโปรดเรื่อง การข่มจิตในสมัยที่ควรข่ม ประคองจิต ในสมัย ที่ควรประคองกระตุ้นจิตให้ร่าเริง ในสมัยที่ควรกระตุ้นให้ร่าเริง

บางครั้ง ขณะที่ปฏิบัติธรรมอยู่ โยคีประสบสภาวะแล้ว แต่ไม่ใส่ใจกับสิ่งที่ตนทำได้ ไม่มีความตื่นเต้นอะไร จะว่ากำลังใจ ตกไปก็ไม่ใช่ เป็นแต่เพียงเฉื่อยชาลงไปเฉยๆ ต้องกระตุ้นให้สดชื่น ตื่นตัวขึ้นมา การกระตุ้นจิตให้ตื่นตัวนี้มี ๒ ประการ คือ

๑. กระตุ้นให้ตื่นตัว ด้วยสังเวควัตถุ ๘ ประการ

๒. กระตุ้นจิตให้เกิดปีติและปราโมทย์

สังเวควัตถุ แปลว่า ที่ตั้งแห่งความสลดใจมี ๘ ประการ คือ ๑.ชาติ ความเกิด ๒.ชรา ความแก่ ๓.พยาธิ ความเจ็บป่วย ๔.มรณะ ความตาย ๔ ประการนี้เป็นกฎธรรมดาของจักรวาล ๕. อตีเตวัฏฏ-

มูลกทุกข์ ทุกข์มีวัฏฏะในอดีตเป็นมูล ๖. อนาคตวัฏฏะมูลกทุกข์ ทุกข์มีวัฏฏะ ในอนาคตเป็นมูล ๗. อบายทุกข์ ทุกข์ในอบาย ๘. อาหารปริเยสนทุกข์ ทุกข์ในการแสวงหาอาหาร ในสังเวควัตถุ ๘ ประการ มีอธิบายดังนี้

ชาติ คือ สถานที่ถือปฏิสนธินี้เป็นทุกข์หนักหนา เราท่าน ทุกวันนี้ได้ผ่านพบกันมาแล้ว ขณะที่เกิดมาแล้วกำลังอาศัยอยู่ใน ครรภ์ มีแต่ความทุกข์ทั้งนั้น ขณะที่อาศัยอยู่ในครรภ์นี้ จะมีโอกาส ไปปฏิบัติธรรมได้ไหม จะไปฟังธรรมได้ไหม ไปไหนไม่ได้ทั้งสิ้น ทั้ง การปฏิบัติธรรมและการฟังธรรม การเกิดนี้เป็นทุกข์ ต้องอาศัยอยู่ใน ครรภ์เป็นเวลานาน จากนั้นค่อยเติบโตทีละน้อยๆ อยู่ภายในจน กระทั่งครรภ์ได้กำหนดเวลาคลอด เมื่อคลอดออกมาก็ได้รับ ความทุกข์ยากลำบากไม่ใช่เพียงแต่ทารกเท่านั้นที่ทุกข์ทรมาน ผู้เป็นมารดาก็ทุกข์ทรมานแสนสาหัส ฝ่ายบิดาก็มีความกระสับ กระส่ายกระวนกระวายใจว่า การคลอดครั้งนี้ ทั้งสองชีวิตจะรอด หรือไม่รอดก็ไม่อาจรู้ได้ ช่วงเวลาแห่งการคลอดนี้ไปไหนไม่ได้ทั้งสิ้น จะไปฟังธรรมก็ไม่ได้ จะไปเข้ากัมมัฏฐานก็ไม่ได้ ฉะนั้น เราจึงควร แสวงหาความหลุดพ้นจากชาติ คือ การเกิดนี้

ขณะนี้ โยคีพ้นจากการเกิดมาแล้ว อยู่ในสถานที่มีความ พร้อมในการปฏิบัติธรรม จึงควรมุ่งมั่นต่อการปฏิบัติธรรมให้มาก ควรให้กำลังใจแก่ตนเช่นนี้ จิตก็จะค่อยมีกำลังใจขึ้นมา

เมื่อความเกิดเป็นทุกข์ สิ่งที่ตามคือ **ชรา** ความแก่ เมื่อคิด คำนึงตนเองว่า สักวันความร่วงโรยของสังขารจะคืบคลาน เข้ามาหา นึก

แล้วให้เกิดความสะดุ้งหวั่นไหว เกิดความสังเวชใจว่า สังขารของเรา ย่อมร่วงโรยไปตามกาลเวลา บางคนแก่หง่อมมาก อยากไปไหน ไปเองไม่ได้ อยากนั่งก็ไม่สามารถนั่งได้ทนหรือนาน เวลานอนก็นอน ไม่ค่อยจะหลับน่าสังเวช สลดใจยิ่งนัก

รวมความว่า คนเราเมื่อเฒ่าชะแรแก่ชราลงไปแล้ว ความทุกข์ ทั้งมวลก็พากันเข้ามารุมเร้า เช่น โรคภัยไข้เจ็บ ทำให้ คนเฒ่าคนแก่ ตามชนบท หมู่บ้าน หรือในเมือง ไม่มีกำลังใจมาเข้า กัมมัฏฐาน เมื่อ ยังเยาว์วัยยังหนุ่มสาวอยู่ สุขภาพดี มีความพร้อม ในการปฏิบัติธรรม ก็ไม่สนใจใส่ใจ คิดว่า เรายังมีอายุน้อยอยู่ รอให้ แก่เสียก่อนแล้วค่อย มาปฏิบัติ แต่พอแก่เข้าจริงๆ ถึงได้รู้ความจริงว่า ไปไม่ไหวเสียแล้ว ถึงจิตใจอยากจะมาปฏิบัติ แต่สังขารไม่อำนวย ให้ซะแล้ว ความชรานี้ จึงเป็นทุกข์จริง

เมื่อเปรียบเทียบระหว่างคนวัยหนุ่มสาวกับคนวัยชราว่า คนวัย ชรานี้จะถูกบีบคั้นให้ได้ รับความทุกข์ทรมานโดยสังขาร ของตนเอง ตลอดเวลา ถ้าคิดว่าตอนนี้ เรายังไม่ทันแก่ยังหนุ่ม สาวอยู่ ควรถือให้ เป็นโอกาสที่ดีควรฉวยไว้ การปฏิบัติธรรมใน ยามหนุ่มสาวนี้ ถือว่า โชคดีเป็นอย่างมาก ที่จะรีบปฏิบัติธรรม เสียก่อน ที่จะถูกความชรา มาฉุดคร่าเอาไป เมื่อคิดได้เช่นนี้ จิตใจจะ อาจหาญร่าเริงสดชื่นขึ้นมา

ส่วนความเจ็บป่วยนี้ จะเห็นได้ชัดเจนมากกว่า หาความสุข สบาย อันใดมิได้เลย ถ้าไม่เจ็บไข้ได้ป่วยเสียก็ไม่เป็นไร คนเจ็บ คนป่วยต้อง

เยียวยารักษา ต้องกินยาฉีดยาให้น้ำเกลือ เคลื่อนไหว ไปไหนมาไหนไม่สะดวก ยิ่งคนป่วยไข้เป็นผู้สูงอายุก็ยิ่งทุกข์มาก บางครั้งความป่วยเป็นโรคธรรมดา แต่สำหรับคนสูงอายุกลับทำ ให้เกิดความรู้สึกว่ามีอาการหนักมาก "**พยาธิ ทุกข์ ความป่วยไข้ จึงจัดว่าเป็นทุกข์**"

ในกรณีคนที่ป่วยหนัก ไม่มีโอกาสมาเข้ากัมมัฏฐานได้นั้น ยกไว้เถอะ แต่ญาติพี่น้องของคนป่วย ต้องมาพลอยเป็นทุกข์ เดือดร้อนไปด้วย ต้องรับภาระคอยเฝ้าไข้ปรนนิบัติรักษาช่วย พยาบาล คนที่มีสุขภาพดีก็พลอยไม่ได้ปฏิบัติธรรมไปด้วย พยาธิทุกข์นี้ เผื่อแผ่ไปถึงญาติพี่น้อง มิตรสหายทั้งหลาย ถ้าหากว่าเรามีสุขภาพดี เหล่าสัมพันธชนคนรอบข้าง มีสุขภาพดี สถานการณ์เช่นนี้ จึงจะอำนวยให้ปฏิบัติธรรมได้ เมื่อน้อมคิด เข้าในใจแล้วก็ให้เกิดความสดุ้งหวั่นไหวขึ้นมา จะทำให้เกิดความ ตื่นตัวในการปฏิบัติธรรมได้

มรณะทุกข์ ความตายเป็นทุกข์ บุคคลผู้ใกล้จะสิ้นชีวิต และญาติมิตรที่มาแวดล้อมอยู่รอบเตียงของคนผู้กำลังจะตาย ต่างก็ ปฏิบัติธรรมไม่ได้ด้วยกันทั้งนั้น ความทุกข์ทั้งหลายนี้ สามารถทำ ให้หมดสิ้นไปด้วยการปฏิบัติธรรม โดยมั่นเจริญมรณานุสสติ พิจารณาถึงความตายเป็นอารมณ์ เพื่อให้เกิดความสังเวชสลดใจ จะได้ตั้งใจปฏิบัติธรรมอย่างเอาจริงเอาจัง โดยไม่ย่อท้อใจ

อปายทุกข์ คือ ทุกข์ในอบาย ซึ่งได้แก่ นรก เปรต อสุรกาย และสัตว์เดรัจฉาน หากบุคคลใดตกลงสู่อบายแล้ว ถือว่าอยู่ในภพ ที่เลว

ที่สุด และสมมติว่า ถ้าตกลงสู่นรกภูมิ จะมีสภาพเป็นอย่างไร ไม่จำเป็นต้องอธิบายให้พิสดารว่า ทุกข์นี้จะเผ็ดร้อนยากที่จะ กล้ำกลืนเพียงไร แต่ถ้าไปเกิดเป็นสัตว์เดรัจฉาน ยังพอมองเห็นได้ แต่ถ้าพูดถึงนรกแล้ว บางคนบอกว่า มองไม่เห็นก็จะขอยกไว้ ในเมื่อไม่เห็นนรกแล้วจะพูดได้อย่างไร ว่าที่นั่นมีแต่ทุกข์ก็ไม่เป็นไร แต่สำหรับเดรัจฉานนี้สามารถมองเห็นได้

สัตว์เดรัจฉาน นี้จะเป็นวัวก็ตาม สุนัขก็ตาม นก สุกรก็ตาม สัตว์ขนาดเล็กๆ เช่น มด ปลวก ซึ่งมีอยู่มากมายมหาศาล เรามอง เห็นสัตว์เหล่านี้ เดินวิ่งไปๆ มาๆ อยู่ ในบรรดาสัตว์เหล่านี้ฟังธรรม รู้เรื่องที่ไหน จะมีฟังธรรมรู้เรื่องบ้างก็เพียงน้อยนิด แต่ที่ไม่รู้เรื่องเลย นั้นมีอยู่เยอะมาก แต่เมื่อกล่าวเฉพาะเรื่องการปฏิบัติธรรมนั้น ไม่มีโอกาสเลยและไม่สามารถพูดได้ว่า สัตว์เหล่านี้สามารถ บรรลุมรรค ผล นิพพานได้ ไม่สามารถคาดคะเนได้ เพราะส่วนใหญ่ ไม่เข้าใจภาษา มีเป็นส่วนน้อยที่จะฟังเข้าใจ ได้แก่ สัตว์ที่อาศัยอยู่ ใกล้ชิดกับมนุษย์ แต่สัตว์ขนาดเล็กๆ ไม่รู้ภาษา ฟังธรรมไม่รู้เรื่อง เช่น มด ยุง เป็นต้น ถ้าไปเกิดเป็นสัตว์เหล่านั้นแล้ว น่ากลัวเหลือเกิน

เพื่อให้รอดพ้น จากการที่จะต้องเกิดในอบายภูมิทั้ง ๔ นี้ จึงสมควรเจริญวิปัสสนากรรมฐาน ซึ่งเป็นเหตุนำไปสู่การได้ บรรลุมรรคผล นิพพาน เมื่อพิจารณาได้เช่นนี้ จิตใจก็จะสดชื่น เบิกบานขึ้นมา จิตเกิดความสะดุ้งหวาดกลัวภัยในอบายภูมิขึ้นมา

อตีเต วัฏฏมูลกทุกข์ ได้แก่ ทุกข์อันมีวัฏฏะในอดีตเป็น มูลภพชาติต่างๆ ที่ผ่านมาในอดีต ผ่านไปแล้ว ได้รับความทุกข์ยาก ต่างๆ ความทุกข์ทั้งนั้น อดีตที่ผ่านมานั้น หาใช่เล็กน้อยไม่ ที่อธิบาย จบไป ได้แก่ ชาติ ชรา พยาธิ มรณะ สำหรับภพปัจจุบันเท่านั้น ส่วนภพในอดีต ที่ได้รับทุกข์มาอย่างมากล้นในอบายภูมิ ก็ได้ประสบ มา

แม้ภพภูมิในปัจจุบันนี้ก็เถอะ เราควรตระหนักถึงความทุกข์ที่ท่วมทับลงมาอย่างที่กล่าว ว่า ไม่ใช่แต่ชาตินี้ แม้ในอดีตชาติ ก็ได้รับทุกข์มาแล้วทั้งหมดทั้งสิ้น ได้พบมาด้วยตนเองแล้วทั้งสิ้น เพียงแต่มองไม่เห็นภาพตนในอดีตเท่านั้น ถ้ามองเห็นแล้วจะเกิด ความรู้สึกว่ามันช่างน่ากลัวเหลือเกิน

บางครั้งบางคราวได้เกิดเป็นมนุษย์ก็หลายภพ หลายชาติ แต่ละชาติ แต่ละชาตินั้นล้วน แต่ได้รับโทษทัณฑ์อันเจ็บปวดทุกข์ ทรมานแสนสาหัส ดังที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้น มีโรคภัย ไข้เจ็บ เป็นต้น ซึ่งอธิบายขยายความได้ยืดยาวที่เดียว ความทุกข์นี้ มีมากมายเหลือที่จะพรรณนา ถ้าปัจจัยสี่ในการครองชีพ ไม่เพียงพอแก่ความต้องการก็เป็นทุกข์ มีให้เห็นอยู่ทั่วไป (แม้ใน ขณะนี้ การเรียกค่าครองชีพการขึ้นเงินเดือนค่าสาธารณูปโภค ทุกอย่างก็เกี่ยวกับการครองชีพทั้งนั้น) ไม่เพียงแต่มนุษย์เท่านั้น บรรดาสัตว์เดรัจฉานก็เช่นเดียวกัน เปรตทั้งหลายก็มีทุกข์ เพราะมีอาหารไม่พอกิน หิวโหยอยูตลอดเวลา สัตว์นรกก็ได้รับทุกข์ ตลอดเวลา ช่วงที่ตกอยู่ในนรก ถ้านำเอาชีวประวัติใน

อดีตมาเขียน ก็จะพบว่า เป็นเรื่องที่น่ากลัว น่าสยดสยองยิ่งนัก คิดแล้วก็ให้รู้สึก กลัวตัวเอง

ถ้าเราสามารถสำรวจดูประวัติตนเองในอดีต แต่ละชาติ แต่ละชาติด้วยปุพเพสันนิวาสานุสสติญาณอภิญญา ก็จะรู้ได้ ทั้งหมด ว่ามีชีวิตแต่ละชาตินั้นอยู่อย่างอัตคัดขัดสนทุรกันดาร อย่างไรเพียงไร มีทุกข์หลายรูปแบบ บางครั้งเป็นกวาง เป็นกบ เป็นเสือ เป็นงู แล้ว ถูกฆ่าตาย ถูกสัตว์อื่นกัดกิน เนื้อหนังฉีกขาด เลือดสาดกระเซ็น ถ้าไปเกิดเป็นปลาก็ถูกจับไปฆ่าแกง มองดูสารรูป ตนเอง (ในปุพเพนิวาสานุสสติญาณ) แล้วน่าสังเวชยิ่งนัก ถ้าเรา หวนกลับ ย้อนไปพิจารณาดูอดีตชาติที่ผ่านมาว่า เคยตกระกำ ลำบากมาต่างๆ นาๆ อย่างไรบ้าง ก็จะรู้สึกสะทกสะท้านใจ เกิดความสังเวชสลดใจ น่าตระหนกตกใจกลัวเป็นอย่างยิ่ง

ในกาลปัจจุบันนี้ จึงเป็นโอกาสอันดีที่จะเข้าปฏิบัติธรรม เพื่อให้รอดพ้นจากอันตราย และความทุกข์เข็ญใจนี้ การคิดถึงภัย ในอดีตที่ผ่านพบมา จะทำให้เกิดความสะดุ้งกลัวหวั่นไหวใจได้ ประการหนึ่ง

ส่วนอนาคเต วัฏฏมูลกทุกข์ ได้แก่ ทุกข์อันมีวัฏฏะ ในอนาคตเป็นมูล ข้อนี้สำคัญกว่า อดีตที่ผ่านมาแล้วไม่เป็นไร เพราะความทุกข์ที่ผ่านมาพบมาก็จบลงไปแล้ว จึงไม่ค่อย สำคัญนัก สิ่งไม่ดีต่างๆ ผ่านมาหมดแล้ว ไม่มีผลอีกแล้ว แต่ทว่าอนาคตนี่สิ ยากหนอ ภพชาติในอนาคต เป็นเรื่องยาก ซึ่งเราจักต้องผจญต่อไป ขอให้พิจารณาจากวัน

นี้ ปัจจุบันนี้ดู วันวานที่เจ็บไข้ได้ป่วย ก็ผ่านไปแล้ว จึงไม่สำคัญนัก แต่ว่าพรุ่งนี้อะไรจะเกิดขึ้น จะล้มเจ็บ อีกหรือเปล่านี่สิ เป็นเรื่องใหญ่

อนาคเต วัฏฏมูลกทุกข์ ความทุกข์ที่จะคืบคลานมาถึงนี้ เป็นเรื่องสำคัญ อนาคตทุกข์นี้ เป็นความทุกข์ที่รอคอยเราอยู่ ในภพหน้าชาติหน้า ถ้าตายจากโลกนี้ไปตกลงสู่อบายภูมิสี่ก็ถึง ทุกข์ได้

อบายภูมิ ๔ ได้แก่ นรก เดรัจฉาน เปรต อสุรกาย ถ้าไปเกิด ในภพเหล่านี้ ก็ต้องได้รับทุกข์ทรมานอีก ไม่ว่าจะไปเกิดในภพใดๆ ไม่ใช่เกิดแค่ครั้งเดียวเท่านั้น ยังจะเวียนว่ายตายเกิด จากภพสู่ภพ ไม่รู้ว่าจะจบสิ้นเมื่อไร ฉะนั้น ในภพปัจจุบันนี้ ขอจงตั้งอกตั้งใจ ปฏิบัติธรรมให้ถึงที่สุด ถ้ายังไม่บรรลุถึงมรรคญาณ ผลญาณ ไม่สามารถบรรลุโสดาบันแล้วละก็ เมื่อคราวตายมาถึง ไม่มีใครตอบ ได้ว่าจะไปสู่ภพไหน ไม่มีใครรับรองได้

ภพในอนาคตจะไปตกอยู่ที่ใด จะไปเกิดที่ไหนนั้น จะขอยก เอาไว้ก่อน ขอพูดแต่ภพปัจจุบันว่า ถ้าเราประกอบแต่กุศลกรรม มีทาน ศีล เป็นต้น ก็ค่อยจะเป็นหลักประกันและมั่นใจได้ว่า ภพชาติต่อไปจะได้ไปสุคติภพ แต่ภพที่สามต่อไปล่ะ จะไปเกิดที่ไหน อันนี้เป็นปัญหาอีก ภพที่สองนั้นขึ้นอยู่กับภพชาติที่หนึ่ง คือ ภพปัจจุบัน ซึ่งถ้าภพปัจจุบันเราขยันกระทำแต่บุญกุศลให้มากๆ แล้วภพหน้าชาติหน้าก็จะได้เกิดแต่ในที่ดีๆ มีความสมบูรณ์พูลสุข จะเป็นมนุษย์ก็ตาม เป็นเทวดาก็ตาม ล้วนแต่อยู่ดีมีสุขทั้งนั้น แต่ถึง กระนั้นก็ตามในภพที่สองนี้ จะได้คบหา

สมาคมกับบัณฑิตหรือ เปล่า? จะหลงไปคบคนพาลหรือเปล่า? จะได้เกิดในตระกูลที่มี บิดามารดาเป็นสัมมาทิฏฐิหรือเปล่า? จะได้อยู่รวมกับวงศา-คณาญาติชนิดไหน? จะชักชวนให้เรานับถือศาสนาใด? อะไรเหล่านี้ ไม่มีใครตอบได้ ไม่มีใครยืนยันให้เราได้

ถ้าขณะที่เกิดเป็นมนุษย์นั้น เป็นคนดีมีศีลธรรม เป็นพุทธมามกะ แต่หากไปเกลือกกลั้ว กับคนนอกศาสนา แล้วชักชวนกันหัน ไปนับถือศาสนาอื่น ปฏิบัติตนตามคำสอนของศาสนาอื่น ซึ่งสอนให้ทำตามอำเภอใจ กรณีเช่นนี้ อกุศลย่อมเกิดขึ้นได้ ไม่สามารถรับประกันได้ว่า การกระทำตามอำเภอใจนั้น ไม่เป็น อกุศลหรือ เมื่อกระทำกรรมอันเป็นบาปอกุศลเข้าแล้ว ครั้นถึง คราวตาย ภพต่อไปที่สามนั้นจะได้ไปสู่ภพชาติที่ดีหรือเปล่า ไม่สามารถตอบได้ แต่เป็นของแน่ว่าภพชาติในอนาคตที่จะต้องไป สู่นั้น มีมากมายเหลือจะคณานับ

ภพชาติต่อไปนั้นมีอยู่นับไม่ถ้วน ความทุกข์ยากลำบาก แร้นแค้นแต่ละภพแต่ละภพนั้น เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้ เป็นไปได้ เมื่อมองไปยังอนาคตแล้ว ขอให้รีบทำปัจจุบันให้ดีเข้าไว้ เมื่อโอกาส อำนวยให้ได้ปฏิบัติธรรมแล้ว ควรรีบฉวยเอาไว้และเมื่อเข้าปฏิบัติ แล้ว ต้องเพียรปฏิบัติให้ได้บรรลุธรรมวิเศษ ต้องบรรลุอย่างบริบูรณ์ สมบูรณ์ เพราะการจะได้ปฏิบัติธรรมเช่นนี้ ทุกภพทุกชาติ ไม่ใช่จะมีโอกาสเสมอไป แต่เมื่อปฏิบัติธรรมจนได้บรรลุภาวะ อันสมบูรณ์แล้ว ก็ไม่ต้องกลัวอีกต่อไปว่า ตายไปแล้วจะตกไปสู่ ทุคติภูมิ วางใจได้เลย ตายเมื่อไรก็ได้

ไม่มีอะไรต้องเป็นห่วงกังวล เมื่อคิดได้เช่นนี้แล้ว จิตใจก็มีกำลังฮึกเหิม เกิดมีกำลังใจในการปฏิบัติ ขึ้นมา

เมื่อมีกำลังใจในการปฏิบัติ ก็สามารถสเข้าถึงสัจจะธรรมได้ เมื่อเข้าใจได้ดังนี้แล้ว จิตก็ฟูฟ่องเบิกบานสดชื่นขึ้นมาได้ ฉะนั้น อนาคเตวัฏฏมูลกทุกข์ ทุกข์มีวัฏฏะในอนาคตเป็นมูลนั้น จึงขึ้นอยู่กับภพชาติที่จะไปเกิด จึงต้องตระหนักถึงทุกข์ที่ต้องผจญในอนาคต ให้จงดี

ประการต่อไป คือ **อาหารปริเยสนทุกข์** ความทุกข์ในการ แสวงหาอาหาร ทุกข์นี้ก็เป็นสิ่งสำคัญ การแสวงหาปัจจัยอุปถัมภ์ ชีวิตนั้นหัวข้อหลัก คือ ทุกข์อันเกิดเพราะการแสวงหาอาหาร แต่การแสวงหาอาหารนี้หนักหนากว่า ไม่ว่าจะเกิดมาในภพไหน ภพไหนก็ต้องออกหากิน ชาตินี้เกิดมาเป็นมนุษย์ ตั้งแต่เริ่มเกิด มาที่เดียว พ่อแม่ก็ต้องเลี้ยงดูให้ดื่มนม มีพ่อแม่คอยบำรุงเลี้ยงดู ให้อาหารไม่ได้ขาด ถ้าไม่มีคนเลี้ยงดูให้อาหาร เด็กนั้นก็ไม่รอดชีวิต เมื่อเด็กเจริญวัยขึ้น พ่อแม่ไม่สามารถหาเลี้ยงได้ ก็ต้องทำมาหา กินเอง

แต่ในบ้านเมืองนี้ ถือว่า ทำกรรมกันไว้ดี บรรดาบุตรธิดานี้ มีบิดามารดาคอยเอาใจใส่เลี้ยงดู อย่างดีตามฐานะ ไม่ต้องคอยหา กินเอง บิดามารดาที่มีฐานะดีมีกำลังจะเลี้ยงดูบุตรธิดาจนโต แต่เด็กส่วนใหญ่ต้องทำมาหากินเอง ที่ไม่ต้องทำอะไรเลย แต่มี บิดามารดาเลี้ยงดูอยู่ตลอดเวลาก็มีอยู่ แต่บางประเทศไม่ใช่เป็น เช่นนี้ เคยได้ยินมาแต่ไม่รู้แน่นอน เคยได้ยินเขาเล่ามาเท่านั้น อย่างเช่น

ประเทศตะวันตก เมื่อบุตรธิดาโต อายุประมาณ ๑๘ ปี พ่อแม่ก็ไม่เลี้ยงดูแล้ว ต้องออกไปทำมาหากินเอง พอเด็กโตถึงขั้นบรรลุนิติภาวะ พ่อแม่ก็ทอดทิ้งเลย ของเขาเป็นอย่างนี้ ส่วนบ้านเรานั้น ถือว่าโชคดี ถ้าแม้ว่า เด็กจะโตจนออกมาทำมาหากินเลี้ยงตัวเองได้ ก็ไม่มีความฝืดเคืองเรื่องอาหารการกินที่อยู่อาศัย บางครั้งทำงานกันไม่ได้หยุดได้หย่อน ทั้งกลางวันและกลางคืน เข้าทำนองที่ว่า "**น้ำขึ้นให้รีบตัก**" หาได้ก็ให้รีบหา

คนบางกลุ่ม ก็แสวงหากินกันอย่างฝืดเคือง เช่น ชาวป่า ชาวเขา ชาวไร่ ชาวนา ชาวสวน หรือชาวเกาะ เป็นต้น กว่าจะหาอาหารมากินแต่ละมื้อ ต้องทำงานอาบเหงื่อต่างน้ำ มีอันตรายอันเกิดจากงูพิษบ้าง ตะขาบบ้าง ต้องเสี่ยงชีวิตหากิน อย่างลำบางอย่างเย็น เกิดประมาทเคราะห์ร้ายอาจถึงตายได้ ตราบใดที่ยังต้องเลี้ยงปากเลี้ยงท้องอยู่ ก็ต้องทำมาหากินอยู่ร่ำไป สำหรับชาวเมืองก็ต้องทำมาหากิน ตามวิถีทางของคนเมือง แสวงหาอาหาร เครื่องดื่ม ที่อยู่อาศัย ต้องทำมาหากินกันทุกวัน ไม่ใช่เพียงแต่ภพนี้เท่านั้น เกิดมาในภพไหน ภพไหน ก็เดือดร้อน เรื่องหากิน ในอดีตชาติที่ผ่านมา ถ้าเกิดเป็นมนุษย์ก็คงต้องทำมา หากินเช่นนี้ อนาคตชาติถ้าเกิดเป็นมนุษย์ก็ต้องหากินเช่นนี้ อนาคตชาติต่อๆไป ถ้าเกิดเป็นมนุษย์อีก ก็ต้องทำมาหากินต่อไปอีก ถ้าไม่ได้ไปเกิดเป็นมนุษย์ ไปเกิดเป็นเดรัจฉานจะดีหรือเปล่า? เป็นเดรัจฉานก็ต้องออกหากิน เรียกว่า ตั้งแต่ปฏิสนธิมาก็มีแต่เรื่องหากินเป็นเรื่องใหญ่เลยทีเดียว

สำหรับมนุษย์นั้น เก็บตุนสะสมอาหารเครื่องอุปโภคบริโภค ที่เป็นปัจจัยในการดำเนินชีวิต เมื่อมีความต้องการก็สามารถ หยิบฉวยได้ทันที มีความสะดวกง่ายดายกว่าสัตว์เดรัจฉาน ซึ่งไม่ได้เก็บสะสมอาหารไว้นานๆ ต้องออกไปหากินเป็นวันๆ (ยกเว้นสัตว์บางจำพวก เช่น มด ผึ้ง เป็นต้น) สัตว์บางจำพวกหากิน โดยจับสัตว์อื่นกินเป็นอาหาร วันไหนออกหากินแล้ว ปรากฏว่า ในบริเวณนั้นไม่มีสัตว์ให้จับกิน สัตว์ก็จะมีความหิวและได้รับทุกข-เวทนาเพราะความหิว และตลอดทั้งวันไม่รู้ว่าจะได้อาหารกิน หรือเปล่า สัตว์บางตัวไม่มีอาหารกินแล้ว ยังมีความกระหายน้ำ เพิ่มเข้ามาอีก เรื่องการออกหากินของสัตว์เดรัจฉานนี้ คิดแล้ว ให้น่าสังเวชสลดใจยิ่งนัก และคิดต่อไปอีกว่า ความทุกข์ยากหิวโหย นี้ มิใช่เป็นของใครอื่น อาจจะตกมาเป็นของเราได้ ถ้าเกิดโชคร้าย ตายไปไปเกิดเป็นสัตว์เดรัจฉาน แล้วต้องออกหากินอย่างลำบาก ยากแค้นทุกวันทุกวัน คิดแล้วช่างน่าหวาดกลัวยิ่งนัก

ภพชาติที่ผ่านมาทั้งหมด ในสังสารวัฏนี้ ล้วนมีแต่เรื่อง แสวงหาอาหารกินเป็นเรื่องใหญ่ แต่เราก็ได้ผ่านพ้นมาทั้งหมดแล้ว ไม่ต้องย้อนกล่าวถึง ขอพูดถึงแต่ภพปัจจุบัน ซึ่งก็ต้องออก ไปหากินอยู่ด้วยเช่นเคย หากโชคดีหากินสะดวกมีรายได้คล่อง

คนที่ทำมาหากินจนร่ำรวยมั่งคั่ง เป็นเศรษฐี มหาเศรษฐี ก็มีอยู่มาก แต่ก็ยังมีสิ่งที่ต้องคิดคำนึงอยู่ ไม่ใช่ว่าจะอยู่เย็น เป็นสุข ภพชาติต่อไปข้างหน้า ก็ต้องแสวงหากินต่อไปอีก ไม่ใช่ว่า หากินอยู่แค่ภพนี้

จนร่ำรวยแล้วก็พอ ภพต่อไปก็ต้องแสวงหา อาหารการกินอย่างไม่รู้จักจบ รู้จักสิ้น ตราบใดที่ยังไม่ได้บรรลุ ถึงนิพพาน ก็ยังคงต้องออกแสวงหาอาหารอยู่ร่ำไป เพราะต้อง กินต้องใช้อยู่ตลอดชาตินั้นๆ เป็นทุกข์ที่หนักหนาอย่างยิ่ง ต้องคอยเฝ้าชะเง้อมองดูไปรอบๆ ว่า เมื่อไรจึงจะได้อาหารมากิน เวลาแห่งความทุกข์เช่นนี้ เป็นเรื่องที่น่าหวั่นไหวน่าสะทกสะท้าน ใจเหลือเกิน

ความกลัว เนื่องจากทุกข์ในการแสวงหาอาหารนี้ สามารถ สลัดให้หลุดพ้นได้ และวิธีที่ดีที่สุด คือ การปฏิบัติกรรมฐาน ขณะที่เราอยู่ในภาวะที่เป็นปกติดีไม่ป่วยไข้ สามารถเข้ากรรมฐาน ได้ก็ควรรีบปฏิบัติให้ถึงที่สุด จนกระทั่งบรรลุถึงโสดาปัตติมรรค เมื่อเป็นโสดาบันบุคคลแล้ว คงเหลือภพชาติที่ต้องแสวงอาหารอีก ๗ ชาติเท่านั้น และ ๗ ชาติที่เหลือนี้จะได้เกิดแต่ในที่ที่ มีความสุขสบาย ไม่ลำบากในการแสวงหา หลังจากนั้นก็ไม่ลำบากอีกต่อไป ไม่ต้องยุ่ง เรื่องทำมาหากินอีกต่อไป ภพชาติที่เกินไปไม่มีอีกแล้ว ได้ถึงความ สงบเย็น เป็นสันติสุขชั่วนิรันดร์

เมื่อได้พิจารณาสังเวควัตถุ ๘ ประการ เช่นนี้แล้ว จะทำให้มีกำลังใจในการปฏิบัติขึ้นมา เป็นการปลุกกำลังใจได้ดีมาก เราสามารถทำสังสารวัฏที่เต็มไปด้วยทุกข์อันเผ็ดร้อนให้สงบเย็น ลงได้ด้วยการปฏิบัติธรรม การปฏิบัติธรรมนี้เป็นสิ่งที่ประเสริฐที่สุด ที่มนุษย์เราสามารถทำให้สำเร็จได้ นี่คือ สังเวควัตถุ ๘ ประการ ที่ควรพิจารณา ยิ่งพิจารณา

ได้มากเท่าไร ยิ่งมีผลดีต่อโยคีมาก เท่านั้น สมัยที่อาจารย์ยังเป็นเด็กวัดอยู่เคยอ่านสังเวควัตถุ ๘ ประการ อ่านแล้วประทับใจมาก แม้ตอนนั้นยังเป็นเด็กอยู่ ยังไม่ค่อยรู้เรื่องธรรมะเท่าไรนัก เป็นเด็กวัดพออายุได้ ๑๒ ปี ถึงได้บวชเป็นสามเณร ในวัยเด็กนั้นได้อ่านสังเวควัตถุ ๘ ประการ ยังชอบใจมาก

หนังสือเล่มที่อ่านนั้น ได้อธิบายเกี่ยวกับสังเวควัตถุไว้อย่างละเอียดพิสดาร มาถึงยุคนี้ การอธิบายเป็นไปแบบรวบรัดขาด ความสมบูรณ์ของใจความ จึงทำให้ขาดรสชาดไปมาก สังเวควัตถุ ๘ ประการนี้ ขอให้จำหัวข้อให้ได้ ไม่ได้เขียนเป็นบทกลอน ขอให้ ท่องจำให้ได้ตามนี้

"เกิด แก่ เจ็บ ตาย ทุกข์ในอบายสี่ ภพชาติในอดีตพบผ่านผจญทุกข์มาเพียงไร ต่อไปในอนาคตไม่รู้ว่าต้องทนทุกข์อีกแค่ไหน เรื่องกินเรื่องใหญ่ไม่ว่าใครล้วน แต่ต้องเสาะแสวงหา ทั้งหมดนี้เป็นความทุกข์ยาก ที่จะต้องสลัดออกไป"

สังเวควัตถุ ๘ ประการนี้ หัวข้อที่ว่าได้ง่ายเลย คือ เกิด แก่ เจ็บ ตาย ข้อต่อไป คือ ทุกข์ในอบายสี่ ใครพบใครเจอเข้าด้วยตนเอง แล้วจะรู้ว่า ทุกข์ทรมานแค่ไหน ไม่พบในปัจจุบันนี้ แต่หมายถึงว่า เมื่อตกไปนรกเวลานั้นจะได้รับทุกข์ บางคนไปเกิดเป็นเปรต บางคนเกิดเป็นสัตว์เดรัจฉาน เวลานั้นถือว่าเป็นห้วงเวลาแห่ง ความทุกข์ บุคคลผู้ได้รับความทุกข์ในอบายสี่มาแล้ว จากอดีตชาติ เป็นสิ่งที่จบไปแล้ว ไม่น่า

กลัวเท่ากับสิ่งที่จะต้องผจญต่อไปใน อนาคตชาติ ซึ่งยังไม่รู้ว่าจะต้องไปผจญกับอะไรในอนาคตข้างหน้า ฉะนั้น ภพในปัจจุบันนี้ จึงต้องพยายามเพื่อให้บรรลุถึงมรรค ผล นิพพานให้ได้ ถ้าปฏิบัติไม่สามารถบรรลุมรรค ผล นิพพาน ทุกข์อันน่าสพึงกลัว ดังกล่าวนั้น คงต้องได้กับตัวเองอีกต่อไป ไม่สามารถหนีพ้นจากสังสารวัฏนี้ได้ อันนี้สิ? นับว่าเป็นเรื่องสำคัญ

ทุกข์ที่เกิดจากการแสวงหาอาหาร ในขณะปัจจุบันนี้ บางคน โชคดีมีกุศลกรรมดีทำมาหากินสบาย แต่ผู้ที่หากินลำบากนี้ มีมากมายเหลือเกิน มีความทุกข์ยิ่งนัก ตามที่มีข่าวปรากฏตาม สื่อสารมวลชน เช่น หนังสือพิมพ์ เป็นต้น บางครั้งก็ประสบอุทกภัย หรือภัยนานาชนิด ทำให้ต้องได้รับความลำบากตรากตรำแสนสาหัส จากภพนี้ไปสู่ภพหน้าก็ลำบากเรื่อง หากินอีกต่อไป ต้องเผชิญทุกข์ อีกต่อไป หาความอยู่เย็นเป็นสุขไม่ได้เลย

ภพชาตินี้ หากินเท่าไหร่ก็ไม่พอแก่ความต้องการ สิ่งที่หา มาไว้ทั้งหมด ภายหลังจากตายแล้ว ก็กองทิ้งไว้ข้างหลัง ไม่สามารถ ขนเอาไปใช้ในภพหน้าต่อไปได้อีก เพราะฉะนั้น ภพชาติหน้า จะได้หากินได้ง่ายเพราะกุศลที่ทำไว้เพียงพอ กุศลกรรมดังกล่าวนี้ คือ ทาน ศีล ภาวนาเป็นต้น ถ้าไม่ได้ประกอบบุญกุศลไว้ เมื่อถึงภพหน้าชาติหน้าจะมีความทุกข์ยากเข็ญใจ ในการแสวงหา อาหารการกิน เพื่อให้มีความสุขสบายตลอดชาติ เราต้องทำบุญกุศล เข้าไว้ให้มากๆ ซึ่งไม่ใช่กระทำกันได้ง่ายๆ

กุศลกรรมที่สูงที่สุด คือ การปฏิบัติกรรมฐาน และเมื่อบรรลุ ถึงโสดาปัตติมรรค โสดาปัตติผลแล้ว สังสารวัฏจะถูกทำลายลง คงเหลือแค่อย่างมากไม่เกิน ๗ ชาติ ภายใน ๗ ชาติที่เหลือนี้ ไม่ต้องทุกข์ยากลำบากในเรื่องทำมาหากิน จะได้เกิดแต่ในภพที่ดีๆ มีความสมบูรณ์พูลสุข ชีวิตมีความสุขสบายต่อเนื่องไป เมื่อบารมี แก่กล้าแล้ว จะค่อยๆ ปฏิบัติธรรมได้สูงขึ้นไปเรื่อยๆ จนกระทั่ง สำเร็จอรหันต์ ความทุกข์ทั้งมวลดับลงไปสิ้น เมื่อเข้าสู่นิพพาน ณ เวลานี้ ไม่มีทุกข์อีกต่อไป นี่เป็นประการที่เลิศประเสริฐสุด

พวกเราที่ได้มาเข้ากรรมฐานกันอยู่ทุกวันนี้ นับว่าโชคดี ยิ่งนัก เมื่อคิดพิจารณาได้ดังนี้แล้ว จิตใจก็จะสดชื่นเบิกบานขึ้นมา ช่วยให้การปฏิบัติกระเตื้องขึ้นมา ในยามที่กำลังใจถดถอย ต้องพยายามฟื้นฟูกำลังใจให้ได้ ฉะนั้น การพิจารณาสังเวคะธรรม ๘ ประการนี้ จึงเป็นสิ่งที่ช่วยค้ำจุนให้เกิดกำลังใจได้เป็นอย่างดี

ประการต่อไป คือ **การระลึกถึงพระพุทธคุณ** เป็นพุทธานุสสติ เมื่อพิจารณาแล้ว จิตจะร่าเริงเบิกบานขึ้นมา ซึ่งได้แสดงธรรม เรื่องนี้ไว้แล้ว ในปีติสัมโพชฌงค์ว่า สาเหตุของปีติ คือ การระลึกถึง คุณของพระรัตนตรัย คุณของศีลและทานที่ได้สละออกไปแล้ว (พุทธานุสสติ ธัมมานุสสติ สังฆานุสสติ สีลานุสสติ และจาคานุสสติ) การหมั่นพิจารณาอนุสสติเหล่านี้ ยังผลให้ปีติเกิดขึ้นได้ เมื่อปีติ เกิดขึ้นแล้ว จิตใจก็จะกระปรี้กระเปร่าขึ้นมา (ซึ่งเป็นผลดีต่อการ ปฏิบัติธรรม)

นี้เป็นวิธีให้กำลังใจแก่ตนเอง คือ ทำใจให้ร่าเริง (โดย พิจารณา สังเวคะ ๘ และอนุสสติ ๕ ดังที่ได้อธิบายไว้แล้ว) เมื่อจิตใจ สดชื่น ร่าเริงขึ้นมาแล้ว สมาธิก็เกิดขึ้นได้ ข่มเมื่อควรข่ม ประคอง เมื่อควรประคอง เร้าใจให้ร่าเริง สามประการก็ได้อธิบายจบไปแล้ว วางเฉยเข้าไว้ น้อมใจให้ฉลาด อันนี้ง่ายหน่อยไม่ยากในการปฏิบัติ ทำให้ลงตัวได้ง่าย

"วางเฉยเข้าไว้ น้อมใจให้ฉลาด (ว่า ๓ ครั้ง)"

บางครั้งบางคราว การปฏิบัติเป็นไปได้อย่างสม่ำเสมอ มี ความเสมอภาคกัน ในองค์ประกอบที่เกี่ยวกับการปฏิบัติ โยคี ผู้ปฏิบัติ ไม่ทุ่มเทเกินไปไม่ย่อหย่อนเกินไป เป็นไปอย่างเสมอกัน อย่างไร จึงเรียกว่า เป็นไปเสมอกัน? ยกตัวอย่าง เช่น รถม้า ที่เทียมด้วยม้า ๒ ตัว ม้าทั้งสองตัว นี้มีฝีเท้าเท่ากัน เป็นม้าที่ฉลาด และแสนรู้ วิ่งไปด้วยความเร็วมีฝีเท้าเท่าๆ กัน รถม้าก็แล่นไปได้ อย่างสม่ำเสมอ ราบรื่นดี ม้าตัวขวาก็ไม่วิ่งเร็วเกินไป ม้าตัวซ้าย ก็มีฝีเท้าไม่ช้าเกินไป เวลาวิ่งฝีเท้าของม้าทั้งสองตัวไปด้วยกัน ได้อย่างเสมอภาคกัน เมื่อเป็นเช่นนี้ คนขับรถม้า ก็ไม่ต้องคอย ควบคุมด้วยไม้แส้ให้รถวิ่งเร็วขึ้น หรือดึงบังเหียนให้รถวิ่งช้าลง ถ้าขืนไปลงแส้ หรือดึงบังเหียนมาไว้ จะทำให้ม้าวิ่งเสียจังหวะไป เมื่อม้าทั้งคู่นี้ วิ่งไปได้พร้อมๆ กัน ฝีเท้าเท่าๆ กัน คนขี่รถม้า ก็นั่งไปเฉยๆ สบายๆ อยากสูบบุหรี่ ก็เอาขึ้นมาสูบได้สบายใจ

ในสมัยก่อน เดินทางกันด้วยรถม้า ไปไหนมาไหนก็อาศัย รถม้าไป มาถึงสมัยนี้ ไม่มีแล้ว หาดูได้ยาก ดังนั้น การยกตัวอย่าง รถ

ม้านี้คงจะมีบางคนฟังแล้วนึกภาพไม่ออก ถ้ายกตัวอย่าง รถมอเตอร์คาร์คงจะง่ายขึ้น รถเก๋งนี้ ถ้าเริ่มสตาร์ทเครื่องแล้ว บางครั้งบางคราวก็สตาร์ทไม่ติด คนขับก็กลุ้มใจ ถ้าหากเครื่องยนต์ ดีสตาร์ทปุ๊ปติดปั๊บ ถนนก็ดี ไม่มีสิ่งกีดขวางเกะกะระหว่างทาง ถนนก็ตรงแน่วดี คนขับรถก็วางเฉยในการควบคุมรถได้ รถก็วิ่งไป อย่างสะดวก

ในทำนองเดียวกัน ในกำหนดอารมณ์ของกัมมัฏฐาน ถ้าโยคีมีการกำหนดพอเหมาะพอดี ก็สามารถปฏิบัติเป็นไปได้เอง จะกำหนดอารมณ์ใดก็ตาม กำหนดได้เองหมด เมื่อปฏิบัติถึงจุดนี้ แล้วจะมีประสบการณ์เช่นนี้เกิดขึ้น และเมื่อปฏิบัติถึงจุดนี้ แล้วก็จะรู้เอง แต่ไม่สามารถรู้ได้ด้วยการนึกคิด จินตนาการ รู้ได้ด้วยตนเองว่า ที่ไหนมีอารมณ์เกิดขึ้นมา ก็รู้ได้ด้วยญาณทันที ไม่ต้องไปจัดการหรือควบคุมการรับรู้

เมื่อแรกเข้าปฏิบัตินั้น ต้องเพียรพยายามกำหนดรู้ตาม อารมณ์ที่เกิดขึ้น ต่อมาภายหลังสามารถกำหนดได้เองอย่าง อัตโนมัติ ช่างสบายอารมณ์ดีเหลือเกิน ใครได้พบมากับตัวเอง จึงจะรู้ ใครยังไม่เคยพบก็จะไม่เข้าใจ ในภาวะเช่นนี้ คือ มีความรู้สึก วางเฉยในการปฏิบัติ ไม่ต้องดิ้นรนแสวงหาวิธีการให้ก้าวหน้า ไปกว่านี้ ถ้าไปผลักดันมากเกินไป (หมายถึง เร่งการปฏิบัติ) การปฏิบัติที่กำลังดำเนินไปด้วยดี ก็จะพังพาบลงมาหมด เมื่อเป็น เช่นนี้ ให้กำหนดไปตามปกติคงรักษาไว้ให้เป็นไปได้เรื่อยๆ

น้อมใจให้ฉลาด หมายถึง ให้มีโยนิโสมนสิการต่อการ ทำสมาธิให้เกิด ได้แก่ น้อมใจเข้าหาการปฏิบัติธรรม

หลีกเลี่ยงคนฟุ้งซ่าน มุ่งหาคนมีสมาธิ ดำริในฌานโมกข์ อธิบายว่า ไม่ควรคบหาสมาคมกับคนฟุ้งซ่าน อย่าเคารพนับถือ เป็นครูอาจารย์ อย่าคบเป็นเพื่อนด้วย โดยเฉพาะอย่างยิ่งเวลา เข้ากรรมฐาน ถ้าไปคลุกคลีด้วยจะเป็นผลเสียต่อการปฏิบัติ ต้องหลีกเลี่ยงคนประเภทนี้ให้มากที่สุด เท่าที่จะหลีกเลี่ยงได้ ถ้าหลีกเลี่ยงไม่ได้ ก็ช่วยเหลืออะไรไม่ได้ ข้อสำคัญ ต้องอย่าไป คลุกคลีด้วย บุคคลเหล่านี้ แม้จะแสวงหาธรรมให้แก่ตนเอง ก็ยังไม่มี ได้แต่ฟุ้งซ่านไปเรื่อยๆ ถ้าไปเอาอย่างเขาสมาธิที่มีอยู่ก็จะกลับสูญ ไป (สมาธิที่ยังไม่เกิดก็ไม่เกิดขึ้น) ดังนั้นบุคคลที่ฟุ้งนี้ให้หลีกเลี่ยง ให้ห่างไกลเข้าไว้

คนที่มีสมาธิตั้งมั่นนี้ ควรคบค้าสมาคมด้วยโดยเคารพ ในฐานะครูบาอาจารย์ทีเดียว เมื่อเป็นมิตรต่อกันแล้วสมาธิย่อม เกิดขึ้นได้ กล่าวพร้อมกัน ๓ ครั้ง

"หลีกเลี่ยงคนฟุ้งซ่าน มุ่งหาคนมีสมาธิ ดำริในฌานวิโมกข์"

ผู้ไม่มีสมาธินี้ คือ ผู้ไม่มีอุปจารสมาธิ และอัปปนาสมาธิ ไม่ควรไปคบหาสมาคม อย่าเคารพเยี่ยงครูบาอาจารย์ ส่วน ผู้สามารถปฏิบัติกัมมัฏฐานจนกระทั่งได้บรรลุอุปจารสมาธิ หรือผู้ ที่มุ่งปฏิบัติจนกระทั่งบรรลุอัปปนาสมาธิ เป็นผู้มีฌานเกิดขึ้น หรือผู้ที่บรรลุอริยมรรค อริยผล ที่อริยมรรคญาณนี้ อุปจารสมาธิ มีกำลังเต็มที่คือ สมบูรณ์ บุคคลเช่นนี้แหละคือ ผู้ที่ควรเข้าไปผูกมิตร ด้วย

การดำริพิจารณาฌานวิโมกข์นี้ พระอรรถกถาจารย์บางท่าน ก็นับเข้ามาด้วย บางท่านก็ไม่นับว่าเป็นสาเหตุของการเกิดสมาธิ การอธิบายฌานวิโมกข์นี้อย่างกว้างขวางหลากหลายนั้น ไม่ใช่ว่า พระอรรถกถาจารย์จะอธิบายไว้ทุกท่าน ฉะนั้น หัวข้อนี้ จึงเป็น การเพิ่มเติมเข้ามา หากตัดออกไปเหตุเกิดของสมาธิ ๑๑ ประการ ก็จะลดลงเหลือ ๑๐ ประการ หัวข้อสุดท้ายนี้ สติปัฏฐานอรรถ-กถาจารย์ ได้นับรวมเข้ามา เมื่อท่านนับรวมเข้ามา จึงยกขึ้นมา อธิบายแสดงธรรมได้ แต่ในอรรถกถาก็มิได้อธิบายไว้อย่าง หลากหลาย ถึงกระนั้นก็ควรอธิบายให้ฟังได้ ฌานวิโมกข์นี้ ผู้ใด ที่มีฌานวิโมกข์อยู่แล้ว ก็ไม่ต้องอธิบายมากเป็นพิเศษ เพราะ เมื่อน้อมจิตเข้าสู่ฌานแล้ว สมาธิก็ย่อมเกิดได้ ส่วนคนที่ยังไม่ได้ บรรลุฌาน ก็พิจารณาได้โดยระลึกถึงวิถีทางการดำรงอยู่ของ ผู้สำเร็จฌานแล้ว และคุณประโยชน์ของฌานที่เกิดขึ้นแก่บุคคลนั้น ซึ่งได้มาโดยการปฏิบัติธรรม เมื่อพิจารณาเช่นนี้แล้ว จิตตฉันทะ ก็เฟื่องฟูขึ้นมา การได้ฌานนี้เป็นสิ่งที่ดีมาก เพื่อให้ผู้ฟังธรรมเทศนาเกิดศรัทธายิ่งขึ้น อาจารย์จะแสดงที่พระพุทธเจ้าได้แสดงมาด้วยพระองค์เองถึงเหตุเกิดสมาธิดังนี้

ในวันที่พระพุทธองค์เสด็จเข้าสู่ปรินิพพานนั้น ได้เสวย พระยาหารเช้าที่เมืองปาวา แล้วเดินทางไปสู่กุสินารา เป็นระยะทาง ๔ คาวุต ๔ คาวุตนี้ประมาณ ๑ โยชน์ คำนวนไมล์ได้ ประมาณ ๗-๘ ไมค์ (๑๖ กิโลเมตรผู้แปล) บุคคลผู้ทรงคุณความรู้ได้ลงความ เห็นว่า เท่ากับ ๘

ไมล์ ๔ คาวุตเท่ากับ ๘ ไมล์ ๑ คาวุตเท่ากับ ๒ ไมล์ ๓ คาวุตก็เท่ากับ ๖ ไมล์ ในขณะที่ใกล้จะปรินิพพานอยู่แล้วนั้น พระองค์เดินทางไกลถึง ๘ ไมล์ จะเห็นได้ว่า การเดินทางนี้ไกล เพียงใด เวลาเช้าเสวยพระกระยาหารเสร็จแล้ว ออกเดินทาง จนกระทั่งไปถึง ๖ ไมล์ได้ โรคเก่าก็กำเริบขึ้นมา จึงทำให้ปรินิพพาน ได้ โรคเก่านี้กลับเป็นขึ้นมาอีกครั้ง และการเดินทางครั้งนั้นก็ เป็นการเดินทางเท้าไปตามเส้นทาง สมัยก่อนโน้นจะมียวดยาน พาหนะเหมือนสมัยนี้ก็หามิได้

ยุคโน้นเป็นรถม้าเป็นต้น ซึ่งการนั่งยานพาหนะที่ใช้แรงงานสัตว์นั้น ไม่เหมาะแก่นักบวช พระองค์จึงเดินทางด้วยเท้าไปทั้ง ๆ ที่อาการทรุดหนัก สาวกรุ่นหลังขอให้ดำเนินตามวิธีปฏิบัติของพระพุทธองค์ด้วย

บาตรก็ตาม จีวรก็ตาม พระพุทธองค์มิได้สะพายบ่าไว้ มี สาวกผู้ติดตามเป็นปัจฉาสมณะ คอยเป็นผู้ปรนนิบัติสะพายแทน ในการเดินทางในครั้งนี้ อาพาธก็หนักรุนแรง ทรงถ่ายท้องและ ทรงถ่ายออกมาเป็นพระโลหิต จึงทำให้หมดเรี่ยวแรง ลำพังไม่เป็น โรคอะไรแค่ทานยาระบายเข้าไป แล้วถ่ายท้องออกมายังมืออ่อน เท้าอ่อนไม่มีแรงไปเลย

เมื่อเป็นเช่นนี้ จึงต้องเข้าพักตามข้างทาง ในยามที่ ทรงอ่อนล้าก็ทรงหยุดพักตามใต้ต้นไม้ ทรงรับสั่งให้พระอานนท์ คลี่จีวรออกพับเป็นสองทบ แล้วปูลาดลงที่ใต้ต้นไม้ พระองค์ ทรงพักผ่อนบนผ้าที่ปูนั้น ในสมัยนี้ คนมีอำนาจวาสนาก็มีบริวาร มากคอยล้อมหน้าล้อมหลัง

ช่วยกันปรนนิบัติเอาใจใส่ ในยามที่ ใกล้จะดับขันธ์ปรินิพพาน พระพุทธองค์ทรงเดินทางแต่เพียง ลำพังกับพระอานนท์เท่านั้น ไม่มีผู้ติดตามใดๆ ทั้งสิ้น หรืออาจ จะมีมาก็ไม่อาจทราบได้ เมื่อพระผู้ปรนนิบัติจัดที่นั่งถวาย แล้วก็ประทับนั่ง หาได้มีที่นั่งอันพิเศษหรูหราแต่ประการใดไม่ มีแต่จีวรที่พับเป็นสองทบเท่านั้นใช้ปูประทับนั่ง

เมื่อประทับนั่งแล้ว ทรงอ่อนเพลียเป็นกำลัง ทรงประสงค์ จะดื่มน้ำ จึงรับสั่งให้ พระอานนท์ไปตักน้ำ ที่ลำธารที่อยู่ใกล้ๆ ในคัมภีร์เขียนว่า นที แต่น้ำนั้นไม่กว้างขนาดเท่าแม่น้ำ น่าจะเป็น ลำธารมากกว่า ลำธารก็ไม่ใหญ่โตอะไร ขนาดเท่ากับลำคลองเล็กๆ เมื่อพระองค์มีความประสงค์จะดื่มน้ำ จึงรับสั่งให้พระอานนท์ ไปตักน้ำ ในขณะนั้นมีหมู่เกวียน ๕๐๐ เล่ม เพิ่งจะเดินทางข้าม ลำธารไป จึงทำให้น้ำในลำคลองขุ่นไปหมด

พระอานนท์ จึงกลับมากราบทูลว่า ภันเต ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญกองเกวียน ๕๐๐ เล่ม เพิ่งเดินทางข้ามคลองไป ทำให้น้ำขุ่นไปหมดโปรดนิมนต์ไปดื่มเอาข้างหน้าเถิดพระเจ้าข้า เดินทาง ต่อไปอีกไม่ไกลนักก็จะถึงแม่น้ำกกุทา อย่าเพิ่งดื่มน้ำในคลองนี้เลยพระเจ้าข้าแม่น้ำกกุทานั้นกว้างใหญ่ มีน้ำมาก มีน้ำสะอาด มีท่าน้ำดีกว่า สะดวกมาก จะทรงสำราญพระทัยมาก กว่าที่นี้ด้วย พระเจ้าข้า

ขณะนั้น พระพุทธองค์ทรงเหนื่อยล้าอ่อนแรงลงไปทุกที ทุกทีเพราะทรงถ่ายออกมาเป็นพระโลหิต ทรงย้ำว่าประสงค์ จะดื่มน้ำให้ไป

ตักน้ำมาให้พระองค์ พระอานนท์ได้ทูลห้ามไว้ว่า ขอภันเตโปรดรอก่อน คอยไปดื่มเอาข้างหน้าเถิด ทรงตรัสสั่งถึง ๒ ครั้ง ๒ คราพระอานนท์ ก็ทูลทัดทานไว้ทั้ง ๒ ครั้ง จนกระทั่งถึง ครั้งที่สาม ด้วยบุญญานุภาพ ของพระพุทธองค์ น้ำในลำคลองนั้น กลับใสสะอาดขึ้นมา ไม่ได้ขุ่น ตามที่พระอานนท์คิด ความจริง หมู่เกวียน ๕๐๐ เล่ม เพิ่งจะข้าม ลำคลองไปนั้น น้ำย่อมขุ่นแน่นอน แต่ทว่า พระพุทธองค์ทรงเป็น มหาปุญโญ เป็นผู้มีบุญยิ่งใหญ่ เมื่อพระอานนท์เดินทางไปถึงน้ำ ก็กลับใสขึ้นมาทันที เป็นที่ น่าอัศจรรย์ยิ่ง ข้อนี้เป็นไปด้วยอำนาจ ของบุญญานุภาพของ พระพุทธองค์ ลองคิดดูซิว่า เกวียนตั้ง ๕๐๐ เล่ม เพิ่งเดินลุยน้ำ ข้ามคลองไป น้ำควรจะขุ่นแต่กลับไม่ขุ่น น้ำหรือ ก็ไม่ใช่ว่าจะมี มากมายอะไรนักพอมีอยู่บ้าง

พระอานนท์พบเห็นเกิดปีติใจเป็นที่ยิ่งนัก รีบนำบาตรตักน้ำ มา ถวายพระพุทธองค์ เวลานั้นมีหมู่เกวียนของพ่อค้าชาวมัลละ ผ่านมา นายกองเกวียนมีนามว่า ปุกกุสะ ในสมัยนั้น กองเกวียนของ พ่อค้านี้ จะแวะค้าขายไปตามรายทาง เมื่อถึงหมู่บ้าน ตำบล หรือในเมือง ก็นำ สินค้าออกมาค้าขาย เดินทางไปค้าขายครั้งหนึ่ง ก็บรรทุกสินค้าถึง ๕๐๐ เล่มเกวียน ท่องเที่ยวค้าขายไปเรื่อยๆ จากหมู่บ้านสู่หมู่บ้าน จากเมือง สู่เมือง เมื่อขายสินค้าจนหมดแล้ว ก็ซื้อสินค้าจากที่ปลายทางขนกลับ มาขายที่เมืองของตน การขน สินค้าในยุคนั้นเป็นเช่นนี้

ในสมัยนั้น เศรษฐีพ่อค้าทำมาหากินกันโดยวิธีนี้ ปุกกุสะนี้ เป็นพ่อค้าชาวมัลละ เป็นเชื้อพระวงศ์ นายกองเกวียนปุกกุสะนี้ ได้

เข้ามาเยี่ยมพระพุทธองค์ถึงที่ประทับ ถวายบังคมพระพุทธองค์แล้วกราบทูลพระพุทธองค์ว่า "ข้าพระองค์มีประสบการณ์อย่างหนึ่ง ประสงค์จะกราบทูลพระองค์ พวกฤาษีนี้มีวิหารธรรมอันสุขุม ประณีตยิ่ง มีสมาบัติสูงยิ่ง น่าอัศจรรย์ใจเหลือเกิน พระเจ้าข้า"

พระโพธิสัตว์ เคยฝึกอบรมมาแล้ว เคยปฏิบัติมาแล้ว วิธี ปฏิบัติกัมมัฏฐานระดับนี้ เป็นโลกิยสมาบัติ ซึ่งอาฬารดาบสสำเร็จ รูปฌาน ๔ อรูปฌาน ๓ ได้สมาบัติ ๗ อย่างครบถ้วนบริบูรณ์ จัดเป็นบุคคลพิเศษ มีชื่อเสียงโด่งดัง เป็นที่เคารพนับถือกราบไหว้ ของมหาชนในยุคนั้น เมื่อครั้งที่พระพุทธองค์ยังมิได้ตรัสรู้ ธรรมพิเศษ ก็เคยเป็นศิษย์มาก่อน เพราะอาฬารดาบสนี้เป็นบุคคล ทรงภูมิความรู้ที่หาได้ยากในยุคนั้น ปุกกุสะได้ควบคุมเกวียน ๕๐๐ เล่ม ผ่านไปทางใกล้อาศรมของอาฬารดาบส ซึ่งอาศัยอยู่ใกล้ๆกับ เส้นทางเดินของเกวียน ๕๐๐ เล่ม

เกวียน ๕๐๐ เล่ม ถูกขับผ่านไปจนถึงเล่มสุดท้ายผ่านไปแล้ว มีศิษย์เข้าไปปรนนิบัติ ดาบสแล้วถามว่า "ภันเต เกวียน ๕๐๐ เล่ม ขับผ่านไปไม่เห็นหรือขอรับ?" "เอ.....ไม่เห็นนะ" "ถ้าอย่างนั้น เสียงเกวียนตั้ง ๕๐๐ เล่มดังลั่น ภันเตไม่ได้ยินเลยหรือขอรับ?" "เอ....เสียงก็ไม่ได้ยิน" "หลับอยู่หรือเปล่าขอรับ?" "ก็ไม่ไม่ได้หลับนี่" "ถ้าเช่นนั้นภันเตมีสติอยู่หรือเปล่าขอรับ? ยังมีสัญญาความจำดีอยู่ หรือขอรับ?" "สัญญาก็ยังดีอยู่ ขาดสติไปก็ไม่ใช่เลย"

คนฟังได้ยินแล้ว รู้สึกทึ่งมาก โอ! ดาบสบุรุษนี้ ช่างมีความสามารถในสมาบัติอย่างล้ำลึก อะไรปานนั้น อยู่ในวิหารสมาบัติ ได้เป็น

อย่างดี คิดดูซิ น่าทึ่งเพียงไร ขนาดกองเกวียน ๕๐๐ เล่ม วิ่งผ่านมาใกล้ๆ กับอาศรมของดาบสนี้ เห็นก็ไม่เห็น ได้ยินก็ไม่ได้ยิน จะว่าหลับสนิทก็ไม่ใช่ หรือว่าขาดสติไป หลงลืมไปก็เปล่า จีวร ที่ครองอยู่เต็มไปด้วยฝุ่นละออง ที่ฟุ้งขึ้นมาในเวลาที่กองเกวียนเดิน ผ่านมาใกล้ๆ จนฝุ่นจับผ้าจีวรเต็มไปหมด ถึงขนาดนี้ยังไม่รู้ เรื่องอะไรเลย ช่างน่าพิศวงอัศจรรย์ยิ่งนัก บุคคลที่ได้พบ อาฬารดาบสในเวลานั้น จึงเต็มไปด้วยความเคารพศรัทธาเลื่อมใส อย่างเหลือล้น เขาจึงแสดงความในใจซึ่งเต็มไปด้วยความนิยม เชื่อถือต่ออาฬารดาบสแล้วเดินทางต่อไป

ปุกกุสะ กราบทูลว่า "ข้าพระองค์ ได้ยินได้ฟังมาเช่นนี้ รู้สึกทึ่งมาก พระพุทธเจ้าข้า"

พระพุทธองค์ ทรงสดับแล้ว ตรัสถามว่า "ปุกกุสะ เธอลองพิจารณาดูกองเกวียน ๕๐๐ เล่ม ขับผ่านไป คนที่นั่งอยู่ใกล้ๆ ทางไม่รู้สึกอะไร กับการที่ฟ้าผ่าลงมา คนที่นั่งอยู่ใกล้ๆ ไม่รู้สึกอะไร อย่างไหนจะแปลกปลาดเป็นพิเศษกว่ากัน?"

ปุกกุสะ กราบทูลว่า "ถ้าขนาดฟ้าผ่าลงมาใกล้ๆ ยังไม่รู้สึก อะไรก็ไม่ต้องไปพูดถึงเกวียน ๕๐๐ เล่มแล้วล่ะ พระพุทธเจ้าข้า"

พระพุทธองค์ จึงทรงเล่าถึงเรื่องที่เกิดขึ้นกับพระองค์เองว่า "ครั้งหนึ่ง ตถาคตได้เข้าไป พักที่ยุ้งฉาง ที่เก็บฟางข้าวของชาวนา ชาวนาก็พักผ่อนที่ยุ้งฉางนั้นด้วย ขณะนั้นมีฝนตกลงมา แล้วฟ้าก็ผ่าลงมาถูกชาวนาสองพี่น้องเสียชีวิตลงทันที รวมทั้งวัวอีก ๔ ตัว ก็ตายด้วยใน

เวลาเดียวกัน คนสองคนวัวอีก ๔ ตัว เสียชีวิตลงพร้อมๆ กัน เป็นเหตุให้ญาติมิตรคนบ้านใกล้เรือนเคียง พากันมาดูเหตุการณ์และช่วยกันจัดการศพของผู้เสียชีวิต

ขณะนั้น พระพุทธองค์ประทับในยุ้งฉางกับฟางข้าวไม่ไกล จากที่เกิดเหตุนัก มีคนในท้องถิ่นนั้น เดินตรงมายังที่ประทับของ พระพุทธองค์ พระพุทธองค์เสด็จลุกจากที่ประทับแล้วเดินออกไป พบบุรุษนั้นแล้วตรัสถามว่า "เกิดอะไรขึ้น" ซึ่งปกติพระองค์ก็ทรง ทราบอยู่แล้วพระพุทธองค์นั้น เมื่อมีพุทธประสงค์จะรู้สิ่งใดสิ่งหนึ่ง เพียงแต่พิจารณาเท่านั้นก็ทราบได้ในทันที แต่เพื่อให้เกิดประโยชน์ ขึ้นมา จึงตรัสถามว่า "ทางโน้นคนมุงดูอะไรกันหรือ?"

"ฟ้าผ่า ขอรับ มีชาวนาสองพี่น้องและวัวอีก ๔ ตัว ถูกฟ้าผ่าตาย ชาวบ้านจึงพากันออกมาดู เมื่อตะกี้นี้ ภันเตพักอยู่ ที่ไหนขอรับ?"

ตรัสตอบว่า "อยู่ยุ้งฉางนี่แหละ"

"ภันเต ไม่ได้ยินเสียงฟ้าผ่าเลยหรือ?"

ตรัสตอบว่า "ไม่ได้ยินเลย แล้วก็ไม่ได้หลับด้วย"

"ถ้าอย่างนั้น ภันเต ยังมีความจำดีอยู่หรือเปล่า?"

ตรัสตอบว่า "ก็ไม่หลงลืมอะไรทั้งนั้น ความจำก็ยังดีอยู่"

เมื่อได้รับคำตอบแล้ว บุรุษผู้นั้น รู้สึกทึ่งแลประหลาดใจระคน กัน" พระคุณเจ้ารูปนี้ช่างมีวิหารสมาบัติสูงล้ำยิ่ง ยกย่องสรรเสริญ พระพุทธองค์แล้วเดินจากไป

พระพุทธองค์ ทรงเล่าเหตุการณ์นี้ให้พานิชปุกกุสะฟัง พานิชปุกกุสะชาวเมืองมัลละฟังแล้ว เกิดความเลื่อมใสศรัทธาขึ้นมาทันที กราบทูลว่า ข้าพระองค์นั้น แต่ก่อนเคยนับถือ อาฬารดาบสเป็นที่สุด เดี๋ยวนี้รู้สึกเฉยๆ แล้วพระเจ้าข้า”

พระพุทธองค์ทรงแสดงให้เห็นว่า สมาบัติของผู้ที่ไม่ได้ยิน แม้กระทั่งเสียงฟ้าผ่าลงมาใกล้ๆ นั้น เป็นสมาบัติที่เหนือชั้นกว่ามาก ตามความหมายก็คือ อเนญชสมาบัตินั่นเอง อันได้แก่ จตุตถฌาน ที่ฌานสมาบัตินี้ บุคคลใดเข้าฌานนี้แล้ว ย่อมไม่ได้ยิน แม้แต่เสียงฟ้าผ่าที่ตกลงมาใกล้ๆ จะว่าสลบอยู่ก็ไม่ใช่ นอนหลับอยู่ก็ไม่ใช่อย่าง แน่นอน กำลังเข้าฌานอยู่ไม่ใช่หลับ ความจำหลงลืมไปก็ไม่ใช่

ถ้ากำลังกำหนดปฐวีกสินอยู่ ก็มีปฐวีกสินเป็นอารมณ์ ถ้ากำลังเข้าอากาสานัญจายตนะฌาน ก็มีอากาสแผ่ไปไม่มีที่สิ้นสุด เป็นอารมณ์ เป็นบัญญัติอารมณ์ ถ้ากำลังเข้าวิญญาณัญจายตนะฌาน ก็มีอากาสานัญจายตนะฌานจิตเป็นอารมณ์ ที่ วิญญาณัญจายตนฌานนี้ จิตก้าวขึ้นสู่ความประณีตสุขุมลุ่มลึก ยิ่งนัก ถ้ากำลังเข้าอากิญจัญญายตนะฌาน ก็มีนัตถิภาวะเป็น อารมณ์ คือ ไม่มีฌานจิตได้แก่ อากาสานัญจายตนะฌาน จิตก็ไม่มี นี้เรียกว่า นัตถิภาวะ กำหนดความไม่มีเป็นอารมณ์ต่อไป ถ้าเข้าเนวสัญญานาสัญญายตนฌาน ก็มีอากิญจัญญายตนะฌาน เป็นอารมณ์ทั้งหมด ซึ่งมีความประณีตละเอียดอ่อนลึกซึ้งยิ่งไปกว่า สมาบัติ ๓ ประการแรก

ทั้งหมดนี้ เป็นโลกียฌานสมาบัติ เรียก **อเนญชสมาบัติ**

สำหรับโลกุตตรสมาบัตินั้น คือ การบรรลุอเนญชสมาบัติ ได้แล้ว ก้าวขึ้นสู่การกำหนดวิปัสสนาต่อไป เมื่อกำหนดได้แล้ว ก็เข้าผลสมาบัติ เช่นนี้ก็มี นี่เป็นการอธิบายถึงอรหัตตผลสมาบัติ เป็นหลัก เมื่อเข้าผลสมาบัติแล้วเรียกว่า เป็นการเข้าจตุตถฌาน อรหัตตผลสมาบัติ ณ เวลานี้ก็มีแต่นิพพานเป็นอารมณ์เท่านั้น ไม่มีอารมณ์อื่นใดที่ไหนอีก

ในขณะเข้าสมาบัติดังกล่าวอยู่นี้ การเห็นมีอยู่ไหม? ไม่มีการเห็น การได้ยินมีอยู่ไหม? ไม่มีการได้ยิน ฟ้าผ่าลงมา ก็ไม่ได้ยิน สมาบัติก็ไม่เสื่อมไม่ได้หลับสนิทไป สมาบัติมีสัญญา ก็ไม่ใช่ไม่มีสัญญาอยู่ก็ไม่ใช่ มีแต่อารมณ์อยู่ในฌานสมาบัติ ที่เป็นของตนเอง นี่คือ อำนาจของสมาธิ อำนาจของฌานสมาบัติ นี่ทำจนถึงที่สุดแล้ว ย่อมเกิดขึ้นมาเองได้ ด้วยเหตุนี้ ผู้ปฏิบัติ จึงควรหมั่นระลึกไว้ในใจว่า เพื่อให้ได้ฌานสมาบัติ เพื่อให้เกิดสมาธิ เราต้องปฏิบัติเพื่อให้เกิดผล คิดเช่นนี้แล้ว จิตใจก็จะเกิดปีติขึ้นมา ดังนั้น จึงขออธิบายถึงการพิจารณาฌานวิโมกข์ไว้ในที่นี้

การอธิบายถึงเหตุเกิดของสมาธิสัมโพชฌงค์ ก็ครบถ้วน บริบูรณ์ทุกหัวข้อพอสมควรแก่เวลายุติลงได้แล้ว ขอทบทวน เหตุเกิดของสมาธิทั้ง ๑๑ ประการ ตามที่พระอรรถกาจารย์กล่าวไว้

"วัตถุผ่องใส อินทรีย์ไม่เหลื่อม เอื้อมทันนิมิต

ข่มเมื่อควรข่ม ประคองเมื่อควรประคอง เร้าใจให้ร่าเริง

วางเฉยเข้าไว้ น้อมใจให้ฉลาด

หลีกเลี่ยงคนฟุ้ง มุ่งหาคนมีสมาธิ ดำริฌานโมกข์”

เอ้าพูดทบทวนพร้อมกัน เหตุเกิดของสมาธิมี ๑๑ ประการ พระอรรถกถาจารย์กล่าวไว้

เหตุให้เกิดสมาธิทั้ง ๑๑ ประการเหล่านี้ เมื่อโยคีเข้าปฏิบัติกัมมัฏฐานแล้ว สมาธิสัมโพชฌงค์จะค่อยๆ แก่กล้าขึ้นโดยลำดับ จนกระทั่งสามารถบรรลุโสดาปัตติมรรค โสดาปัตติผล สกทาคามิมรรค สกทาคามิผล อนาคามิมรรค อนาคามิผล อรหัตตมรรค อรหัตตผล ในเวลานั้น การเจริญกัมมัฏฐานเพื่อให้ สมาธิเกิด ก็บรรลุถึงจุดสมบูรณ์

ยถา จ อุปฺปนฺนสฺส สมาธิสมฺโพชฺฌงฺคสฺส ภาวนา ปริปูรี โหติ ตญฺจ ปชานาติ.

ความบริบูรณ์แห่งการเจริญสมาธิสัมโพชฌงค์ ซึ่งเกิดขึ้น แล้วย่อมมีโดยประการใด โยคีย่อมรู้ โดยประการนั้น สมาธินี้ เกิดขึ้นอย่างเต็มเปี่ยมบริบูรณ์ เมื่อบรรลุถึงอรหัตตผลเท่านั้น ในเวลาแห่งความสมบูรณ์ไปด้วยสมาธินี้ **กตํ กรณียํ** กิจที่ควร ทำได้กระทำแล้ว **นาปรํ อิตฺถตฺตาย** กิจอื่นที่ควรทำเพื่อความเป็น อย่างนี้ ย่อมไม่มีอีกแล้ว

ผู้ปฏิบัติกัมมัฏฐาน ย่อมรู้ได้ตามนี้ ขณะที่ได้บรรลุอรหัตตผล นั้น ไม่ใช่เพียงแต่สมาธิสัมโพชฌงค์เท่านั้นที่เต็มบริบูรณ์ แม้ สัมโพชฌงค์ทุกประการ ก็มีความเต็มบริบูรณ์สมบูรณ์โดย พร้อมเพรียงกัน ขณะนี้กำลังอธิบายในหัวข้อของสมาธิสัมโพชฌงค์ จึงกล่าวถึงเฉพาะสมาธิสัมโพชฌงค์เท่านั้น

การเจริญสัมโพชฌงค์มีสมาธิเป็นต้น ก็ครบถ้วนสมบูรณ์ แล้วโพชฌงค์นี้เป็นธรรมอันพิเศษยิ่ง เมื่อเจริญและทำให้มากจน บริบูรณ์พร้อมมูลแล้ว กิจอื่นที่จะต้องทำก็เป็นอันหมดสิ้นไป โดยสิ้นเชิง และเมื่อปฏิบัติจนกระทั่งครบถ้วนในทุกสิ่งทุกประการ แล้ว ปัจจเวกขณญาณก็เกิดขึ้นในเวลานั้น ย่อมมีการพิจารณา และสามารถรู้ได้ด้วยตนเอง ในวันอุโบสถครั้งต่อไป จะแสดง ธรรมในหัวข้ออุเบกขาสัมโพชฌงค์

ด้วยอานิสงส์แห่งการตั้งใจฟังพระธรรมเทศนา **เรื่อง สมาธิสัมโพชฌงค์** โดยเคารพ อันเป็นธัมมัสสวนมัยกุศลกรรม ด้วยผลแห่งเจตนาอันเป็นกุศลกรรมนี้ จงเป็นพลวปัจจัยให้เหล่า พุทธบริษัทผู้ใจบุญทั้งหลาย ขอจงมีโพชฌงคธรรมเกิดขึ้นใน ขันธสันดานแห่งตน มีสมาธิสัมโพชฌงค์เป็นต้น และสามารถ เจริญภาวนาให้วิปัสสนาฌานก้าวหน้าขึ้นโดยลำดับ จนสำเร็จ มรรคญาณ ประหารกิเลสให้สิ้นไปได้บรรลุถึงนิพพาน สุขเกษม เปรมปรีดิ์ในมรรคญาณนั้นโดยเร็วพลัน เทอญ. **สาธุ สาธุ สาธุ**

จบสมาธิสัมโพชฌงค์







ก่อนมาปฏิบัติ สมาธิยังไม่เกิดขึ้น
โยคีก็ไม่รู้จักว่าสมาธิสัมโพฌชงค์เป็นอย่างไร
โยคี ย่อมรู้ด้วยตนเองว่า
เราไม่มีสมาธิสัมโพชฌงค์ หรือสมาธิสัมโพชฌงค์ยังไม่เกิดขึ้น
สำหรับบุคคล ผู้ไม่มีสมาธิสัมโพชฌงค์เกิดขึ้นในตน
เพียงแต่รู้จักตามตำรา ที่ได้เล่าเรียนมา
มีความรู้ตามที่ได้ยินได้ฟังมาเท่านั้น
ยังไม่ชื่อว่า มีสมาธิสัมโพชฌงค์เกิดขึ้นในตน